

1

Những gợi ý để biến đổi các sinh hoạt hàng ngày thành những cơ hội học hỏi

nói, nghe, đọc, chơi

sự học hỏi bắt đầu trong mọi lúc mỗi ngày

3

Trẻ em bắt đầu học hỏi từ khi vừa mới chào đời

4

Từ lúc em vừa mới chào đời, con em của quý vị đã học hỏi về gia đình của em, về môi trường chung quanh, và những khả năng đáng ngạc nhiên của chính em. Khi em lớn, mỗi một kinh nghiệm đều góp phần trong sự hiểu biết và tạo cho em tánh tự tin.

5

Khi em vào học mẫu giáo, em sẽ có thể sử dụng tất cả những năng khiếu mà em đã học. Thầy/cô lớp mẫu giáo của em sẽ cho em xem những cuốn sách, vẽ những hình ảnh, kể những câu chuyện, và kết bạn mới.

Thầy/cô lớp mẫu giáo sẽ quan sát và ghi lại sự tiến bộ của con em quý vị – tìm những khả năng có thể giúp em thành công trong việc học. Nếu thiếu sót những năng khiếu nào đó, cô giáo sẽ giúp hoạch định những sinh hoạt nhằm giúp em phát triển những năng khiếu này.

Trong cương vị là phụ huynh, quý vị có thể giúp con em quý vị sẵn sàng để được thành công trong việc học. Tập sách này bao gồm rất nhiều sinh hoạt sẽ dễ dàng thích hợp trong những công việc thường ngày của quý vị và sẽ giúp cho con em quý vị được lớn mạnh trong bảy lãnh vực phát triển quan trọng mà em cần khi vào mẫu giáo:

- Phát Triển Về Cá Nhân và Xã Hội
- Ngôn Ngữ và Khả Năng Đọc Viết
- Sự nhận thức được phát triển trong:
 - Cách Suy Nghĩ về Toán Học
 - Cách Suy Nghĩ về Khoa Học
 - Xã Hội Học
 - Nghệ Thuật
- Phát Triển về Thể Chất

Hãy bắt đầu ngay hôm nay, hãy dùng những ý kiến sinh hoạt sau đây.

6

ngôn ngữ và khả năng đọc viết

Ngôn ngữ và khả năng đọc viết bao gồm tất cả những năng khiếu sẽ giúp cho đứa trẻ học đọc, học viết, và diễn đạt ý tưởng của em bằng lời nói.

7

Quý vị có thể dùng những sinh hoạt này để giúp con em quý vị phát triển về ngôn ngữ và khả năng đọc viết

- Nói chuyện với con em quý vị từ khi em mới sanh. Cho dù là trẻ sơ sinh, nhưng em đang học nghe âm thanh của ngôn ngữ và nhịp điệu trong lời đối thoại.
- Nói chuyện với em khi em bắt đầu bập bẹ nói. Em đang cố gắng tập nói và cần sự khích lệ của quý vị.
- Chơi với những từ ngữ – những chữ có vần, nói những chữ vui lạ, và chơi trò knock-knock.
- Đọc cho con em quý vị mỗi ngày. Cho dù là một đứa trẻ rất nhỏ nhưng sẽ rất hữu ích nếu em được gắn bó vào những giờ đọc sách và được nghe những từ mới mà quý vị chỉ vào trong hình.
- Đặt những câu hỏi với con em quý vị về cuốn sách đọc chung với nhau; hỏi về những hình ảnh và chuyện gì kế tiếp sẽ xảy ra.
- Cho con em quý vị những vật dụng để em “viết” danh sách, câu chuyện, và những dấu hiệu – cho dù em chỉ có thể viết được nguệch ngoạc.
- Cho con em quý vị được nói và phản ứng lại bằng sự tiếp xúc thay vì quý vị nói thế cho em hoặc hối thúc em trả lời.

8

phát triển về cá nhân và xã hội

Phát triển về cá nhân và xã hội bao gồm các khả năng mà đứa trẻ sẽ cần để hiểu biết và kiềm chế những xúc cảm của em, để giao tiếp với người khác, và để em tự đặt mình vào trong thế giới chung quanh. Sự phát triển về cá nhân và xã hội nơi trẻ em dựa vào mối quan hệ với cha mẹ của em và với những người khác. Điều này bao gồm sự xúc cảm của chính em, quan điểm của đứa trẻ về chính mình là một người đang học hỏi, và ý thức trách nhiệm của em với chính mình và với người khác.

9

Quý vị có thể giúp con em quý vị phát triển về khả năng cá nhân và xã hội

- Đến với em bé của quý vị khi nghe em khóc. Điều này sẽ giúp cho con em quý vị cảm nhận được tình thương và dạy cho em biết tin tưởng vào quý vị.
- Dành mọi cơ hội để bông ả và vuốt ve em nhẹ nhàng. Nhìn vào mặt em và nói một cách dịu dàng. Điều này giúp tạo nên sự gắn bó mà đứa trẻ cần để cảm thấy được sự an toàn và để tạo thêm tình thân với người khác.
- Khuyến khích con em quý vị làm thử những điều mới lạ; khen ngợi những điều em cố gắng làm và những điều em đã làm được (như tập đi bước đầu tiên, tự ăn, nói những chữ đầu tiên, v.v.).
- Tỏ ra rằng quý vị rất vui thích về sự cố gắng của em bằng cách dán những hình ảnh do em vẽ lên tủ lạnh hoặc lên tường trong nhà.

- Giúp con em quý vị bắt đầu hiểu biết và tự kiềm chế sự xúc cảm của chính mình (như sau khi bất đồng một điều gì đó, v.v.). Giúp cho em hiểu cảm giác của người khác.
- Giúp con em quý vị giải quyết vấn đề bằng cách hỏi em những câu hỏi thích hợp và nói em suy nghĩ kỹ vấn đề thay vì nói cho em biết câu trả lời.

10

cách suy nghĩ về toán học

Căn bản để học toán là sự hiểu biết về những con số, cách đo lường, những mô hình, và hình thể. Trẻ em cần sử dụng những khái niệm căn bản này trong cách giải toán thì mới có thể làm được loại toán sơ đẳng.

11

Phụ huynh có thể giúp trẻ em phát triển sự suy nghĩ về toán học.

- Đếm những đồ vật dùng trong công việc hàng ngày; đếm những ngón chân của em khi quý vị tắm cho em, đếm những hạt nút bấm hoặc cài nút khi quý vị mặc quần áo cho em, và đếm những bước chân em đi.
- Chỉ vào những đồ vật lớn hay nhỏ hơn nhau - (như sách, đồ chơi, giày, v.v).
- Soạn riêng những đồ vật theo màu sắc hoặc kích thước – như để riêng tất cả những vớ màu xanh hay tất cả những áo thun của con em quý vị.
- Giải thích về những mẫu hình; hỏi con em quý vị xem hình gì sẽ tiếp vào với hình khối vuông hoặc hình vẽ trên áo hay một xâu chuỗi.
- Dùng những từ ngữ để mô tả như “nhiều hơn” và “ít hơn” và những chữ chỉ rõ vị trí như “ở dưới,” “phía dưới,” “ở trên.”
- Chỉ vào hình thể của những đồ vật dùng hàng ngày; thí dụ như, mặt trước của hộp cereal là hình chữ nhật và vành của miệng tô là hình tròn.
- Chỉ cho con em quý vị cách quý vị dùng những vật dụng để đo lường như ly và muỗng đong khi quý vị nấu nướng. Ghi lại chiều cao của em bằng thước dây hoặc thước cây.
- Nói về những sự việc tiếp theo sẽ xảy ra trong ngày: “Ăn trưa xong, mình sẽ ra công viên chơi rồi sau đó sẽ đi chợ.”

12

suy nghĩ về khoa học

Suy nghĩ về khoa học bao gồm việc tìm tòi về môi trường và học hỏi tầm quan trọng trong việc nêu những câu hỏi. Trẻ em cần được có cơ hội để tìm hiểu về thế giới chung quanh em bằng cách quan sát, mô tả, nêu thắc mắc, cách giải thích, và trình bày về sự kết luận.

13

Quý vị có thể giúp con em quý vị phát triển sự suy nghĩ về khoa học bằng những sinh hoạt này

- Đi bộ ngoài trời và nói về những âm thanh, cảnh vật và mùi.

- Cho con em quý vị được chơi với cát và nước.
- Nói chuyện về thời tiết; khuyến khích em dự đoán về những thay đổi.
- Khích lệ em quan sát súc vật, chim chóc, và những loài thú khác; nói về cách sống của chúng.
- Giúp con em quý vị tìm hiểu thêm về những loại thực vật hoặc thú vật cá biệt nào đó mà em thích.
- Tìm những vật ngoài trời cho con em quý vị nghiên cứu, như những viên đá, lá cây, bông hoa, và trái của cây sồi.
- Dùng kính lúp, ống nhòm, và thước đo để nghiên cứu vật thể.
- Khuyến khích em theo dõi một vật nào đó đang di chuyển nhanh hay chậm, hoặc thử đoán xem vật gì sẽ chìm hay sẽ nổi, và học để biết rằng nước sẽ đông cứng lại khi biến thành đá.

14

xã hội học

Xã hội học muốn nói đến sự hiểu biết của trẻ em về thế giới chung quanh em. Các em bắt đầu hiểu biết mình là một cá nhân riêng biệt và bắt đầu biết nhận ra và hiểu rõ giá trị về sự khác biệt giữa những người khác và sự nhận thức về văn hóa và thế giới chung quanh em.

15

Quý vị có thể giúp con em quý vị phát triển về khả năng xã hội học

- Nói về những điểm khác nhau và giống nhau giữa gia đình quý vị và những người khác – trong gia đình có mấy trẻ em, chiều cao, tuổi tác, v.v.
- Bàn về công việc làm khác nhau của những người trong gia đình quý vị.
- Giúp con em quý vị giả làm những người mà em biết trong cộng đồng, thí dụ như, một giáo viên, bác sĩ, hoặc người bán hàng ngoài tiệm.
- Đi đến những cửa tiệm khác nhau trong khu phố và nói về công việc của mỗi tiệm – siêu thị, tiệm giày, nhà thuốc, v.v.
- Đặt ra và bàn thảo về những quy định trong gia đình như giờ đi ngủ hoặc chia nhau làm những công việc vặt trong nhà.
- Cùng với con em quý vị tham gia, dọn dẹp sạch sẽ trong khu phố; hãy nói cho em biết tại sao đây là việc quan trọng.
- Đưa con em quý vị đến những nơi vui thú tại địa phương như thư viện, viện bảo tàng hoặc địa danh lịch sử và công viên.

16

nghệ thuật

Nghệ thuật bao gồm sự tham gia của trẻ em về nhảy múa, kịch nghệ, mỹ thuật, và âm nhạc. Nghệ thuật giúp trẻ em tham gia tích cực và học hỏi cách đặt giá trị vào những gì mà em được nhìn thấy.

17

Quý vị có thể giúp con em quý vị phát triển khả năng nghệ thuật bằng những sinh hoạt này

- Hát với con em quý vị. Vỗ tay theo nhịp điệu.
- Mở nhạc và khuyến khích con em quý vị nhảy và hát theo.
- Cho em những dụng cụ (như muỗng bằng gỗ, hũ/ca, và hộp nhựa để em cùng gõ nhịp theo điệu nhạc.
- Cho em những dụng cụ vẽ khác nhau để em dùng mỗi ngày. Hỏi em ý nghĩa về những hình ảnh mà em vẽ.
- Giúp con em quý vị diễn vai trong câu chuyện mà em thích, và mỗi người thay phiên đóng những vai khác nhau.
- Đưa con em quý vị đi xem những buổi trình diễn ca nhạc, nhảy múa, và hội họa, có rất nhiều dịp được tổ chức miễn phí tại trung tâm cộng đồng, những nơi thờ phượng, những buổi hội chợ và ngày hội ngoài trời, diễn hành, và trong các khu thương xá mua sắm.

18

phát triển về thể chất và sức khỏe

Phát triển về thể chất và sức khỏe bao gồm những khả năng như cầm bút chì để vẽ và viết, chạy nhảy, và biết cách giữ sự an toàn và lành mạnh.

19

Quý vị có thể giúp con em quý vị phát triển về thể chất và sức khỏe.

- Chơi banh với em – chụp banh, đá banh, và ném banh.
- Cho em những đồ chơi nhỏ khác nhau để em chơi, như những khối vuông và Lego, đồ chơi cắm vào tấm bảng nhỏ, và ráp những ô hình (puzzle) càng ngày càng khó hơn.
- Cho em những dụng cụ về nghệ thuật để em tập cắt, dán, tô màu, và vẽ.
- Cho con em quý vị thêm giờ mà em cần để em có thể tự làm những công việc đơn giản, thí dụ như để em tự rửa tay hoặc mặc áo khoác và mang giầy.
- Cho con em quý vị giúp làm những việc vặt trong nhà, là những việc mà em có thể làm được, thí dụ như, dọn bàn ăn, lấy bánh mì ra để mang theo ăn trưa, hoặc lấy quần áo dơ của em ra giặt.
- Dạy cho trẻ ở lứa tuổi sắp đi học biết thắt nơ – cột dây giầy hoặc thắt nơ trên gói quà.
- Ăn những bữa ăn lành mạnh với con em quý vị và nói cho em biết về những thức ăn bổ dưỡng và không bổ dưỡng.
- Dạy cho em biết rửa tay và đánh răng.

20

. . .và, một điều quan trọng nhất trong tất cả mọi điều là, phải biết khen ngợi sự cố gắng của con em quý vị. Sự ủng hộ của quý vị sẽ tăng cho em thêm lòng hăng hái để tìm tòi, học hỏi, thương yêu, và hiểu biết.

Countdown to Kindergarten là dự án của toàn tiểu bang được sự cộng tác của rất nhiều cơ quan, hệ thống trường công lập, thư viện, và những nơi khác nhằm bảo đảm rằng tất cả những trẻ em của Maryland học hỏi được sự giáo dục và sẵn sàng đạt được thành công trong việc học.

Muốn xem những tài liệu nói về chương trình học hỏi sớm hiện có trong những cơ quan này, hãy vào trang web ở địa chỉ www.countdownMD.org hoặc gọi số điện thoại miễn phí 1-866-752-1614. Trang web này còn có thêm những tin tức về việc sẵn sàng đi học, chọn nơi giữ trẻ có phẩm chất, thẩm định cho trình độ mẫu giáo, và những sinh hoạt cho phụ huynh có thể làm để nâng cao chương trình học hỏi sớm.

Nếu quý vị có quan tâm về những khía cạnh về phát triển hoặc học hỏi sớm của con em quý vị, xin gọi số 1-800-535-0182 để liên lạc với Maryland Infants and Toddlers Program và Preschool Program của Maryland State Department of Education.

Countdown to Kindergarten được tài trợ bởi M&T Bank, Harry and Jeanette Weinberg Foundation, Governor's Office for Children, Youth and Families, Constellation Energy, và National Governors Association. Ban nhân viên được cung cấp bởi Maryland Committee for Children. Countdown To Kindergarten: Learning Begins at Birth xin cảm tạ Countdown to Kindergarten: Boston là nơi lãnh đạo chương trình mẫu và được sử dụng biểu tượng (logo) của CTK.

Countdown To Kindergarten: Learning Begins at Birth
Maryland's Early Childhood Public Engagement Campaign
608 Water Street
Baltimore, Maryland 21202

www.countdownMD.org

© 2004 Maryland Committee for Children
Minh họa: © 2004 Bonnie Matthews