

ThS. HOÀNG THỊ THU HƯƠNG

MODULE MN

12

**TƯ VẤN CHO
CÁC BẬC CHA MẸ
VỀ CHĂM SÓC, GIÁO DỤC
TRẺ TỪ 3 – 6 TUỔI**



A. GIỚI THIỆU TỔNG QUAN

Sự phát triển của trẻ 3 – 6 tuổi có ảnh hưởng định hướng rõ tới sức khoẻ, khả năng học tập, cách ứng xử để thích nghi với môi trường sống của đứa trẻ sau này. Những tiến bộ hay tổn thương của trẻ cũng như những tác động qua lại trong những năm đầu tiên này có ảnh hưởng mạnh mẽ hơn bất cứ giai đoạn nào khác của cuộc đời. Sự phát triển trí thông minh của trẻ đặc biệt phụ thuộc vào việc cung cấp cho trẻ đủ dinh dưỡng, sự quan tâm chăm sóc và khuyến khích động viên trẻ một cách phù hợp, khoa học. Sự phát triển của não không theo đường tuyến tính mà có những thời điểm quan trọng, ở đó trẻ xuất hiện những khả năng nhất định, đó sẽ là nền tảng cho những năng lực cao hơn sau này. Nếu những khả năng nền tảng đó ở lứa tuổi 3 – 6 tuổi bị bỏ qua hoặc không được liên tục nuôi dưỡng thì đứa trẻ không được chuẩn bị tốt cho những bước phát triển về sau, ví dụ khả năng nhìn, nghe, phát triển ngôn ngữ ...

Quá trình chăm sóc, giáo dục trẻ mầm non gồm nhiều lĩnh vực luôn gắn bó chặt chẽ với nhau, ảnh hưởng qua lại với nhau: thể chất, nhận thức, ngôn ngữ, tình cảm, kĩ năng xã hội và thẩm mỹ. Sự phát triển của các lĩnh vực này có ảnh hưởng lẫn nhau và do đó các lĩnh vực đều phải được phát triển một cách đồng thời. Sự phát triển diễn ra theo các bước có thể dự đoán trước và theo các trình tự xác định theo độ tuổi.

Đối với trẻ 3 – 6 tuổi: trẻ đã xác định cái “tôi” rất rõ ràng, trẻ tự tin, tự lập hơn nhiều, ngôn ngữ của trẻ như là công cụ để kiểm tra thái độ; Về thể chất trẻ khoẻ hơn, nhanh nhạy hơn, khả năng vận động đa dạng và bền bỉ hơn; Về mặt nhận thức, trẻ không chỉ khám phá những gì rất gần với trẻ như đồ chơi, cha mẹ, ông bà, anh / chị, mà còn thích khám phá những gì xa hơn, rộng hơn (các cảnh đẹp của bản / thôn / phường...), niềm vui trong học tập của trẻ tăng lên; Về tình cảm xã hội: trẻ thích chơi với các bạn, ganh đua với bạn, chia sẻ, giúp đỡ người khác, trẻ thể hiện tình cảm thông qua ngôn ngữ, đồng cảm với người khác; Ngôn ngữ của trẻ mạch lạc hơn, nói được nhiều câu dài hơn, phức tạp hơn... Do vậy cần lựa chọn nội dung tư vấn cho các bậc cha mẹ để nuôi dưỡng những khả năng ấy của trẻ được phát triển tốt và đúng hướng.

Module này sẽ giúp giáo viên vận dụng những kiến thức và kĩ năng tư vấn về chăm sóc, giáo dục trẻ mầm non đã được học ở module trước để áp dụng, cụ thể hoá vào công tác tư vấn cho cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi.

Nội dung của module đề cập đến các nội dung:

- Vai trò của gia đình trong việc giáo dục trẻ từ 3 – 6 tuổi;
- Mục tiêu tư vấn về chăm sóc, giáo dục mầm non cho các bậc cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi;
- Nội dung tư vấn về chăm sóc, giáo dục mầm non cho các bậc cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi;
- Phương pháp, hình thức tư vấn về chăm sóc, giáo dục mầm non cho các bậc cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi;
- Thực hành tư vấn về chăm sóc, giáo dục mầm non cho các bậc cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi.



B. MỤC TIÊU

I. MỤC TIÊU CHUNG

Giúp học viên nắm được mục tiêu, nội dung, phương pháp, hình thức tư vấn về chăm sóc, giáo dục trẻ cho cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi.

II. MỤC TIÊU CỤ THỂ: Sau khi nghiên cứu module này, giáo viên mầm non có thể đạt được các mục tiêu sau:

1. Kiến thức: Nắm được nhu cầu của trẻ 3 – 6 tuổi, vai trò của cha mẹ trong việc giáo dục trẻ từ 3 – 6 tuổi.
2. Kỹ năng: Biết lựa chọn nội dung, vận dụng được phương pháp, hình thức tư vấn cho cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi phù hợp với từng đối tượng cha mẹ và điều kiện thực tế.
3. Thái độ: Rèn tính kiên trì học hỏi để nâng cao hiệu quả tư vấn cho cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi.



C. NỘI DUNG

TT	Nội dung	Thời gian (số tiết)
1	Sự phát triển của trẻ 3 – 6 tuổi	1
2	Việc cha mẹ cần làm để giúp trẻ 3 – 6 tuổi phát triển tốt	1
3	Mục tiêu tư vấn về CSGD trẻ 3 – 6 tuổi cho cha mẹ	1

TT	Nội dung	Thời gian (số tiết)
4	Nội dung tư vấn về chăm sóc, giáo dục trẻ 3 – 6 tuổi cho các bậc cha mẹ	5
5	Phương pháp, hình thức, tư vấn cho các bậc cha mẹ	1
6	Thực hành tư vấn về CSGD trẻ 3 – 6 tuổi cho cha mẹ	5
7	Hướng dẫn xây dựng tài liệu, sản phẩm tư vấn về chăm sóc, giáo dục trẻ 3 – 6 tuổi	1

NỘI DUNG 1

SỰ PHÁT TRIỂN CỦA TRẺ 3 – 6 TUỔI (1 tiết)

Hoạt động: Tìm hiểu khả năng của trẻ và lời khuyên cho cha mẹ

Theo bạn trẻ từ 3 – 6 tuổi có những đặc điểm cơ bản nào cần chú ý để tư vấn cho cha mẹ?

– Mẫu giáo bé (3 – 4 tuổi):

– Mẫu giáo nhỡ (4 – 5 tuổi):

- Mẫu giáo lớn (5 – 6 tuổi):

Bạn hãy đối chiếu với các thông tin dưới đây.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Đến cuối năm thứ ba trẻ có thể nói được một số câu phức tạp thể hiện yêu cầu của mình, vốn từ tăng lên khoảng 1200 – 1300 từ. Trẻ mẫu giáo có thể nghe và phát âm hầu hết các âm trong hệ thống âm vị tiếng Việt. Lời nói của trẻ trở nên mạch lạc hơn. Vốn từ và các loại từ được mở rộng, phong phú hơn, đặc biệt từ loại tính từ, trạng từ tăng lên đáng kể. Trẻ 5 – 6 tuổi có thể tích lũy được từ 8.000 – 14.000 từ. Cuối lứa tuổi, các loại câu trong lời nói của trẻ cũng có thay đổi về chất. Trẻ có thể sử dụng một cách chủ động hơn các loại câu đơn đầy đủ và câu đơn mở rộng các thành phần. Thông qua các trò chơi đóng vai, đóng kịch, kể chuyện... trẻ có thể phát triển ngôn ngữ. Trình độ văn hoá của bố mẹ, khả năng ngôn ngữ của những người thường xuyên giao tiếp với trẻ có ảnh hưởng rất lớn đến sự phát triển ngôn ngữ của trẻ.

Nhu cầu chơi, giao tiếp với bạn bè, người lớn, môi trường xã hội – tự nhiên xung quanh ngày càng phát triển mạnh mẽ ở trẻ. Trong quá trình giao tiếp với môi trường xung quanh, trẻ có thể lĩnh hội được các chuẩn mực hành vi qua hoạt động chơi, qua sự tham gia tích cực vào đời sống sinh hoạt hàng ngày, theo những tiêu chuẩn đạo đức được mọi người thừa nhận "nên" hay "không nên"; "điều này tốt, điều kia xấu". Đặc điểm và sự phát triển tình cảm – xã hội của trẻ ở lứa tuổi này cho thấy, trẻ phát triển tốt nhất thông qua việc tổ chức cho trẻ chơi, trải nghiệm trong các hoàn cảnh khác nhau; Khuyến khích, động viên trẻ (luyện tập) làm theo và bắt chước các hành vi (mẫu) trong những tình huống thích hợp. Cùng với đó, tình cảm, sự tin cậy, khơi dậy đồng cảm, tôn trọng trẻ của người lớn... tất cả những điều đó sẽ thúc đẩy sự hình thành và phát triển tình cảm, tính xã hội của trẻ một cách thuận lợi.

Trẻ nhỏ nhận thức qua cảm nhận trực tiếp từ những hành động cảm giác, tri giác cụ thể với những đồ vật, sự vật và hiện tượng xung quanh. Sự cảm nhận của trẻ bằng trực giác và mang tính tổng thể. Hoạt động tư duy của trẻ cũng gắn liền với cảm xúc, ý muốn chủ quan của trẻ và chủ yếu trong giai đoạn này kiểu tư duy trực quan hành động, tư duy hình ảnh phát triển mạnh. Trẻ hay bắt chước hành động của người khác, vì vậy những người gần gũi chăm sóc trẻ cần có những cử chỉ, hành động lời nói làm gương cho trẻ.

Cuối tuổi mẫu giáo, trẻ đã bắt đầu xuất hiện tư duy trực quan sơ đồ, đặt cơ sở, tiền đề cho sự phát triển tư duy lôgic và tư duy trừu tượng của trẻ sau này. Trẻ đã bắt đầu học cách tách biệt dấu hiệu bản chất của đối tượng, nhờ đó trẻ dần dần có cách nhìn, cách định nghĩa về các sự vật, xuất hiện khả năng suy luận, khái quát độc đáo dựa trên những hiểu biết về các dấu hiệu, các mối liên hệ của sự vật và hiện tượng mà trẻ có và do vậy những điều đó nhiều khi chưa chính xác.

Đến cuối tuổi mẫu giáo, trẻ cần được chuẩn bị toàn diện và một số kỹ năng chuyên biệt cho việc đi học lớp 1. Trẻ cần phát triển tính tự lập, sự kiểm chế, khả năng diễn đạt rõ ràng, một số kỹ năng chuẩn bị cho việc học đọc, học viết như: làm quen với chữ cái, chữ số, cách cầm bút, cầm và giở sách, cách đọc sách... đặc biệt là hứng thú đối với việc đến trường.

Các lĩnh vực phát triển của trẻ về thể chất, trí tuệ, nhận thức và tình cảm xã hội đều có mối liên hệ mật thiết và ảnh hưởng lẫn nhau. Nếu bỏ lỡ những cơ hội phát triển trong giai đoạn đầu đời quan trọng này, thì về sau sẽ rất khó khăn và tốn kém, tuy không phải là không thể, trong việc giúp trẻ phát huy tiềm năng của mình.

Câu hỏi

- (1). Trẻ 3 – 6 tuổi có những đặc điểm phát triển nổi bật thể nào cha mẹ cần quan tâm?
- (2). Những yếu tố nào có tác động trực tiếp đến sự phát triển của trẻ từ 3 – 6 tuổi?

Nội dung 2

VIỆC CHA MẸ CẦN LÀM ĐỂ GIÚP TRẺ 3 – 6 TUỔI PHÁT TRIỂN TỐT (1 tiết)

Hoạt động: Tìm hiểu khả năng của trẻ và lời khuyên cho cha mẹ

Bạn hãy liệt kê các khả năng của trẻ 3 – 4 tuổi và 5 tuổi cũng như những việc làm cần thiết của cha mẹ nhằm giúp trẻ phát triển tốt?

– Trẻ mẫu giáo bé (3 – 5 tuổi):

– Trẻ mẫu giáo nhỡ (4 – 5 tuổi):

– Trẻ mẫu giáo lớn (5 – 6 tuổi):

Bạn đối chiếu với các thông tin dưới đây và tìm ra những điều tương đồng với những nhận thức của mình.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Trẻ 3 – 4 tuổi

* *Trẻ có khả năng*

- Đi, leo, trèo và chạy nhảy dễ dàng.
- Làm theo những chỉ dẫn đơn giản.
- Nói được những câu dài 8-10 từ.
- Nói được tên và tuổi của mình.
- Kể tên các màu sắc.
- Hiểu số đếm.
- Sử dụng các đồ vật làm giả các thứ khác để chơi.
- Bắt chước các hành vi, lời nói.
- Tự ăn.

Lời khuyên cho cha mẹ

- Giúp trẻ mặc quần áo, rửa tay và sử dụng nhà vệ sinh.
- Phối hợp nhiều thức ăn khác nhau trong một bữa, ăn nhiều bữa trong ngày.
- Khuyến khích nhưng không ép buộc trẻ.
- Dạy trẻ tránh những nơi, đồ vật nguy hiểm.
- Trò chuyện với trẻ bình thường, không được dùng cách nói chuyện của trẻ.
- Đưa ra những quy định đơn giản và giúp trẻ thực hiện.
- Đọc chuyện, hát cho trẻ nghe và dạy trẻ hát, đọc thơ, chơi với trẻ.

Những dấu hiệu cần theo dõi:

- Không chịu ăn, ít ngủ.
- Khó giữ thăng bằng, khi đi lại hay bị ngã.
- Khó điều khiển các đồ vật nhỏ.
- Các chấn thương và những thay đổi hành vi không lý giải được.
- Thiếu sự đáp ứng lại những người khác.
- Không có khả năng nói câu ngắn 3 – 4 từ.
- Không hiểu các câu nói đơn giản.

Trẻ 5 tuổi

** Trẻ có khả năng*

- Cử động, đi lại, chạy nhảy, phối hợp tốt.
- Mặc quần áo không cần giúp đỡ.
- Tự rửa tay.
- Biết chơi cùng trẻ khác.
- Nói đầy đủ câu, sử dụng nhiều từ ngữ khác nhau.
- Hiểu từ trái nghĩa.
- Trả lời được câu hỏi vì sao.
- Đếm được 10 đồ vật.

Lời khuyên cho cha mẹ

- Phối hợp nhiều thức ăn khác nhau trong một bữa, ăn nhiều bữa trong ngày.
- Dạy trẻ tránh những nơi, đồ vật nguy hiểm.
- Khuyến khích trẻ chơi và khám phá tìm tòi các đồ vật trong cuộc sống.
- Dạy trẻ tránh những nơi, đồ vật nguy hiểm.
- Khuyến khích trẻ chơi và khám phá tìm tòi các đồ vật trong cuộc sống.
- Lắng nghe trẻ nói, trả lời các câu hỏi của trẻ.
- Đọc truyện, kể truyện cho trẻ nghe.

Những dấu hiệu cần theo dõi:

Theo dõi trẻ khi chơi, nếu trẻ tỏ ra sợ hãi, tức giận hay thô bạo... đó có thể là dấu hiệu thể hiện trẻ có trở ngại về tình cảm hoặc bị lạm dụng.

Câu hỏi

1. Trẻ 3 – 4 tuổi có khả năng như thế nào? Cha mẹ có thể làm gì để giúp trẻ phát triển tốt? Lấy ví dụ.
2. Trẻ 5 tuổi có khả năng như thế nào? Cha mẹ có thể làm gì để giúp trẻ phát triển tốt? Lấy ví dụ.
3. Cha mẹ cần theo dõi sát sự phát triển của trẻ để làm gì? Lấy ví dụ.

Nội dung 3

MỤC TIÊU TƯ VẤN CHĂM SÓC, GIÁO DỤC TRẺ 3 – 6 TUỔI
CHO CÁC BẬC CHA MẸ (1 tiết)

Hoạt động: Tìm hiểu mục tiêu tư vấn chăm sóc, giáo dục trẻ cho các bậc cha mẹ có con 3 – 6 tuổi

Bạn hãy viết ra mục tiêu tư vấn, chăm sóc, giáo dục trẻ cho các bậc cha mẹ có con 3 – 6 tuổi:

Bạn đối chiếu với những thông tin dưới đây để tăng thêm hiểu biết về mục tiêu tư vấn chăm sóc, giáo dục trẻ cho các bậc cha mẹ.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Chăm sóc, giáo dục trẻ có nghĩa là phải chăm lo tới sức khoẻ thể chất (ăn, ngủ, vệ sinh phòng bệnh, đề phòng tai nạn,...) và chăm sóc đến sức khoẻ tinh thần của trẻ (đáp ứng những nhu cầu tâm lý, xã hội như nhu cầu được chơi, được yêu thương, được an toàn,...).

Mục tiêu tư vấn về CSGD trẻ 3 – 6 tuổi cho các bậc cha mẹ là nhằm làm cho các thành viên trong gia đình, đặc biệt là cha mẹ của trẻ từ 3 đến 6 tuổi được nâng cao kiến thức về khoa học chăm sóc, giáo dục trẻ cùng những kĩ năng áp dụng các kiến thức khoa học đã được tiếp thu vào thực tiễn cuộc sống.

Muốn giúp cho đứa trẻ phát triển tốt, cha mẹ cần đáp ứng những nhu cầu cơ bản sau: được đáp ứng đầy đủ chất dinh dưỡng, được giao lưu trực tiếp với người lớn gần gũi, thân thuộc, nhu cầu được chơi, được tự trải nghiệm,

được hoạt động với đồ vật, được tìm hiểu, khám phá và bộc lộ tình cảm, thái độ với môi trường xung quanh. Do đó, vai trò gia đình đặc biệt quan trọng trong chăm sóc, giáo dục trẻ nói chung, chăm sóc sức khỏe cho trẻ ở lứa tuổi này nói riêng. Trong gia đình, bố mẹ và người thân là nhịp cầu kết nối thế giới bên ngoài với thế giới bên trong của trẻ. Những năm đầu của cuộc sống, đối với trẻ, sự gắn bó tương tác mẹ con giữ vị trí hết sức quan trọng, có ảnh hưởng mạnh mẽ đến sự phát triển cơ thể trẻ. Quan hệ gắn bó mẹ con, tình cảm yêu thương của những người thân trong gia đình tạo cho trẻ cảm giác an toàn về thể chất và tinh thần, đây chính là một trong những điều kiện thuận lợi để trẻ phát triển.

Tư vấn viên cần giúp các bậc cha mẹ có đủ kiến thức, kĩ năng chăm sóc và giáo dục trẻ phát triển toàn diện các mặt như sau:

Phát triển về thể chất: tăng trưởng về cân nặng, sự vận động, phối hợp các cơ quan và hoạt động của các giác quan, ăn uống đầy đủ, chăm sóc sức khỏe, vệ sinh sạch sẽ, được vận động, vui chơi trong môi trường an toàn, thân thiện là những nhu cầu cơ bản giúp trẻ lớn lên khỏe mạnh.

Lĩnh vực phát triển nhận thức: bao gồm hiểu biết của trẻ về môi trường tự nhiên, môi trường xã hội gần gũi xung quanh, về các kiến thức toán học cũng như sự cảm nhận, hiểu biết về nghệ thuật; khả năng suy luận và sáng tạo giúp trẻ tham gia vào hoạt động học tập có hiệu quả.

Phát triển ngôn ngữ: là sự hiểu biết và khả năng sử dụng ngôn ngữ, khả năng giao tiếp hiệu quả cũng như những kĩ năng làm quen với việc đọc, viết của trẻ khi trẻ ở cuối tuổi mẫu giáo.

Phát triển về tình cảm và xã hội

Gia đình, nhà/nhóm trẻ, lớp mẫu giáo là những môi trường đầu tiên, quyết định không chỉ đáp ứng các nhu cầu cơ bản về dinh dưỡng và chăm sóc, mà còn khuyến khích sự tìm tòi, khám phá, tự lập, học hỏi liên tục, bộc lộ cảm xúc, tình cảm của bản thân và với những người sống xung quanh, khả năng hình thành những mối quan hệ tích cực có ý nghĩa của trẻ với con người và môi trường sống gần gũi; giúp trẻ hình thành nhân cách.

Nội dung 4

NỘI DUNG TƯ VẤN CHĂM SÓC, GIÁO DỤC TRẺ 3 – 6 TUỔI
CHO CÁC BẬC CHA MẸ (5 tiết)

**Hoạt động 1: Tìm hiểu về nội dung kiến thức chăm sóc trẻ 3 – 6 tuổi
cần được tư vấn cho các bậc cha mẹ**

*Bằng kinh nghiệm thực tế của mình, bạn hãy một số nội dung cần tư vấn
cho các bậc cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi để nuôi dạy con tốt.*

– Đáp ứng nhu cầu của trẻ:

– Chăm sóc bữa ăn, giấc ngủ:

– Chăm sóc vệ sinh:

- Chăm sóc sức khoẻ và an toàn:

Bạn hãy đối chiếu và làm bài tập của hoạt động này với những nội dung sau đây và tìm ra những điểm tương đồng với kinh nghiệm của bạn, điều chỉnh nhận thức của mình cho phù hợp.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

4.1. Nội dung tư vấn chăm sóc trẻ 3 – 6 tuổi

4.1.1. Nuôi dưỡng và chăm sóc sức khoẻ

a. Đáp ứng những nhu cầu của trẻ

- Cho trẻ ăn uống hợp lý, đủ lượng, đủ chất.
- Bảo đảm giấc ngủ.
- Chăm sóc sức khoẻ, vệ sinh, phòng bệnh.
- Chăm sóc tình cảm, tạo điều kiện cho trẻ được hoạt động, vui chơi.

b. Chăm sóc bữa ăn và giấc ngủ

Chăm sóc ăn uống.

Ăn uống rất cần thiết để trẻ phát triển thể chất và tinh thần. Do đó ngoài việc đảm bảo cho trẻ ăn đủ chất dinh dưỡng, cần chú ý cách chế biến phù hợp từ lỏng đến đặc dần (mềm đến rắn), vệ sinh sạch sẽ và sắp xếp giờ giấc cho các bữa ăn hợp lý. Bữa tối không nên cho trẻ ăn quá muộn.

* Đảm bảo thức ăn an toàn cho trẻ:

- Chỉ ăn thức ăn đã nấu chín.
- Không để ruồi, bọ đậu vào thức ăn.
- Rửa thức ăn kĩ trước khi nấu.
- Không ăn thức ăn ôi thiu hoặc quá hạn sử dụng.

* Thức ăn tốt cho trẻ là thức ăn nào?

Thức ăn tốt cho trẻ là thức ăn mềm, sạch, an toàn, dễ tiêu hoá với trẻ. Đó là những thức ăn sẵn có ở địa phương mà các gia đình, kể cả gia đình nghèo nhất thường dùng để nuôi trẻ khoẻ mạnh. Đó là những thức ăn sau:

- Thức ăn giàu chất bột đường như gạo, ngô, khoai, sắn, mì, mía...
- Thức ăn giàu chất đạm như trứng, thịt (gà, bò, lợn), cá, tôm, cua, đậu, đỗ...
- Thức ăn giàu chất béo như mỡ, dầu ăn, lạc, vừng, quả dừa...
- Thức ăn giàu vitamin và muối khoáng như gấc, cà chua, bí đỏ, rau ngót, cam, chuối, đu đủ...

* Vì sao phải cho trẻ ăn nhiều loại thức ăn khác nhau trong một bữa?

- Ăn nhiều loại thức ăn khác nhau nhằm cung cấp đủ năng lượng và các chất dinh dưỡng cho trẻ phát triển.

Ví dụ: nấu xôi gấc thường cho thêm mỡ vì mỡ giúp cho việc hấp thu vitamin A có trong gấc. Ăn nhiều thức ăn giàu vitamin A (gấc, đu đủ, bí đỏ, gan, rau xanh...) sẽ phòng tránh được bệnh khô mắt.

Chú ý cho trẻ ăn dầu mỡ và rau quả để cung cấp đủ năng lượng, giúp cơ thể phòng chống bệnh tật (thực tế nhiều bà mẹ kiêng không cho con ăn dầu mỡ và rau là không đúng).

* Chế độ ăn cho trẻ 3– 6 tuổi:

- Ở tuổi này trẻ có thể ăn cùng với gia đình. Ngoài 3 bữa cơm chính với gia đình, cho trẻ ăn thêm 2 bữa phụ hoa quả, sữa hoặc bánh.
- Trẻ cần có bát và thìa riêng để có thể ăn dễ dàng và cha mẹ có thể theo dõi được lượng thức ăn mà trẻ ăn.

- Cho trẻ ăn nhiều loại thức ăn giàu chất dinh dưỡng như thịt, cá, tôm, cua, hến, trai, các loại hạt ngũ cốc, trứng, rau, củ, quả chính và sữa.
- Không nên cho trẻ ăn kiêng.

Giáo dục hình thành thói quen vệ sinh trong ăn, uống

- Rửa tay trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, khi tay bẩn.
- Không nói cười ầm ĩ khi ăn, ăn không ngậm, ăn hết suất.
- Biết nhặt cơm rơi bỏ vào nơi quy định.
- Đối với trẻ 3 – 4 tuổi ăn xong biết cất bát, thìa.
- Đối với trẻ 4 – 5 tuổi ăn xong biết thu dọn bát, thìa, bàn, ghế.
- Sau khi ăn xong biết lau, rửa miệng và uống nước.

Chăm sóc giấc ngủ

Giấc ngủ rất cần thiết đối với trẻ. Trẻ càng lớn số lượng giấc ngủ ít hơn, nhưng thời gian một giấc ngủ kéo dài hơn. Trẻ từ 3 – 6 tuổi ban ngày chỉ cần ngủ 1 giấc trưa dài từ 2 giờ đến 2 giờ 30 phút. Tránh gây tiếng động ồn ào phá rối giấc ngủ của trẻ.

Nếu thấy trẻ ngủ li bì suốt ngày hoặc ngược lại trẻ rất ít ngủ, gầy còm ốm yếu thì cần đưa trẻ đi kiểm tra sức khoẻ.

Cần tập cho trẻ thói quen ngủ vào giờ nhất định, trước khi ngủ không nên cho trẻ chơi đùa quá nhiều, không mắng phạt trẻ, không cho trẻ xem phim ảnh gây sợ hãi...

Giáo dục hình thành thói quen vệ sinh khi đi ngủ

- Đánh răng trước khi đi ngủ bằng nước chín và thuốc đánh răng có chứa flo.
- Không ăn kẹo, bánh ngọt, không uống đường trước khi đi ngủ.
- Đi tiểu trước khi đi ngủ.
- Biết giữ gìn chăn, gối, nơi ngủ luôn sạch sẽ....

c. Chăm sóc vệ sinh

Vệ sinh thân thể cho trẻ

- Cha mẹ và những người chăm sóc trẻ cần giữ gìn vệ sinh cho bản thân mình và cho trẻ hàng ngày. Dạy trẻ và giúp trẻ làm quen với những hành vi tự chăm sóc vệ sinh cá nhân như: Rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn

và sau khi đi vệ sinh; Chải đầu, đánh răng; Cho trẻ mặc quần áo sạch sẽ, không để trẻ cởi truồng, không đi chân đất... để đề phòng các bệnh do thiếu vệ sinh gây ra gồm: Ía chảy, giun, sán, suy dinh dưỡng; Ngộ độc thức ăn; Sổ mũi, ho, sốt do nhiễm lạnh; Sâu răng; Mẩn ngứa, ghẻ lở...

- Trẻ cần có khăn mặt riêng, khăn được giặt và luộc hoặc hấp 1-2 lần/tuần; Phơi chỗ có ánh nắng mặt trời.
- Về vệ sinh áo quần cho trẻ: Mùa đông: cho trẻ mặc quần áo đủ ấm, giữ cho đầu, cổ, ngực và chân của trẻ ấm áp, đi giày, dép và bít tất cho trẻ, ngủ nơi kín gió. Mùa hè: cần thông thoáng nơi ở, mặc quần áo mát, dễ thấm mồ hôi. Khuyến khích trẻ tự mặc và cởi quần áo, ban đầu người lớn giúp, sau trẻ tự mặc.

Hình thành thói quen giữ gìn vệ sinh thân thể ở trẻ

- Biết giữ mặt, mũi, tay, chân, quần áo, đầu tóc luôn gọn gàng, sạch sẽ.
- Tập cho trẻ biết tự rửa tay, chân, mặt mũi khi bị bẩn; Biết nhận ra đồ dùng của mình và biết cách sử dụng chúng.

Vệ sinh môi trường xung quanh trẻ

- Nền nhà là nơi trẻ vui chơi, do vậy cần được lát gạch men, hàng ngày được lau, chùi 3 lần vào những khi nhà bẩn, đảm bảo phòng trẻ không có mùi hôi khai.
- Thường xuyên vệ sinh nhà cửa cho sạch sẽ, thông thoáng, tránh cho trẻ tiếp xúc với với khói bếp, khói thuốc lá, thuốc lào.
- Nguồn nước dùng trong gia đình cần đảm bảo sạch để phòng tránh bệnh tật, chỉ cho trẻ uống nước sạch đã đun sôi. Giữ nguồn nước ăn sạch sẽ, xa nhà vệ sinh, xa chuồng gia súc.
- Đồ dùng, đồ chơi của trẻ sạch sẽ, gọn gàng: trẻ cần có khăn mặt riêng, khăn được giặt và luộc hoặc hấp 1-2 lần/ tuần; Phơi chỗ có ánh nắng mặt trời. Thường xuyên giặt phơi chăn, chiếu, màn của trẻ, tránh để ẩm mốc hôi khai. Đồ dùng như bát, chậu rửa và các dụng cụ vệ sinh của trẻ cần được rửa sạch phơi khô. Đồ chơi bằng gỗ và nhựa có thể rửa phơi khô hàng ngày, các đồ dùng, đồ chơi bằng giấy nên thay đổi, không để lâu ngày bụi bặm, ẩm mốc có hại cho sức khoẻ của trẻ.
- Xử lý, bảo quản phân người, phân gia súc, chất thải hữu cơ (xác súc vật chết,...) ở xa nhà ở và xa nguồn nước ăn. Cần dọn sạch phân và nước tiểu

của trẻ để không ảnh hưởng đến sức khỏe của trẻ và gia đình. Những gia đình có điều kiện nên sử dụng hố xí thấm dội nước, hố xí bán tự hoại và tự hoại. Những gia đình khó khăn hơn có thể sử dụng hố xí hai ngăn, hố xí khô; Chú ý với các loại hố xí này cần phải có nắp đậy, sau mỗi lần trẻ đi xong cần rắc tro hoặc đất bột.

- Vệ sinh sân vườn hàng ngày cần được quét sạch, chôn hoặc đốt rác. Chú ý phát quang bụi rậm, diệt ruồi muỗi, gián chuột...

Giáo dục hình thành thói quen, hành vi văn minh bảo vệ môi trường cho trẻ

- Biết giữ gìn vệ sinh chung (không vẽ bẩn lên tường, lên bàn ghế; bỏ rác vào đúng nơi quy định, khi ngáp biết che miệng; không nhổ bậy...).
- Biết cách sử dụng các công trình vệ sinh, đi tiêu, đi tiểu đúng nơi quy định; biết xếp dép, guốc, nón, mũ, đồ chơi vào nơi quy định.
- Biết giữ gìn đồ dùng, đồ chơi một cách sạch sẽ, gọn gàng.

Thông qua hoạt động hàng ngày, hoặc qua các bài thơ, truyện kể, ca dao, bài hát, giáo dục trẻ có thói quen giữ nền nhà luôn sạch, không làm bẩn nền nhà, chơi xong cất dọn đồ chơi gọn gàng, vứt rác, đi vệ sinh đúng nơi quy định...

d. Chăm sóc sức khỏe và an toàn

d.1. Theo dõi, đánh giá sự phát triển của cân nặng theo lứa tuổi

Đối với trẻ 3 – 6 tuổi cha mẹ nên cân trẻ hàng quý. Theo dõi cân nặng là biện pháp tốt để phát hiện sớm các yếu tố ảnh hưởng sự phát triển của trẻ. Nếu kết quả lần cân sau bằng hoặc thấp hơn lần cân trước chứng tỏ trẻ có điều gì đó đe dọa đang gây nguy hiểm đến sự phát triển của trẻ. Bạn cần tìm nguyên nhân và đưa ra các biện pháp can thiệp.

d.2. Phòng tránh bệnh thường gặp. Theo dõi tiêm chủng

Để đảm bảo sức khỏe cho trẻ, cần thực hiện tốt công tác tiêm chủng và phòng dịch và biết cách phòng và xử trí ban đầu một số bệnh thường gặp – Đề nghị nghiên cứu phần này ở Module 11. Đối với trẻ 3 – 6 tuổi, cần chú trọng hình thành cho trẻ các thói quen tốt để phòng bệnh tích cực.

d.3. Bảo vệ an toàn và phòng tránh một số tai nạn

** Tạo môi trường an toàn cho trẻ*

Những đồ vật nguy hiểm như ổ điện, thuốc men, dao, kéo, nước sôi... phải để ngoài tầm với của trẻ.

Những gia đình trẻ lớn giúp cha mẹ trông em, cần hướng dẫn cho các cháu biết cách đảm bảo an toàn và phòng tránh tai nạn cho cả anh chị và em bé như: không chơi gần bếp lửa, gần ao hồ, giếng nước..., không để em bé ngồi một mình hoặc đặt em trên bàn, ghế, chỗ cao dễ xảy ra tai nạn, không cho em bé chơi vật nhỏ như hạt hạt, cúc áo... để bị hóc sặc...

Cẩn thận khi cho trẻ ăn: không cho trẻ ăn khi trẻ đang khóc, hoặc đang nô đùa, không bịt mũi trẻ khi cho trẻ ăn...

Đồ dùng trong gia đình (bàn ghế, tủ, cầu thang,... cần chắc chắn); cha mẹ thường xuyên kiểm tra để phòng tránh tai nạn cho trẻ, các dụng cụ chứa nước phải có nắp đậy...

Mọi lúc mọi nơi người lớn hoặc anh chị lớn hơn cần để mắt tới trẻ, dạy trẻ nhận biết những nơi nguy hiểm.

Khi tai nạn xảy ra cần bình tĩnh, tìm cách loại bỏ nguyên nhân gây ra tai nạn, đồng thời tiến hành sơ cứu và đưa trẻ đến cơ sở y tế gần nhất.

- * Một số tình huống có thể xảy ra tai nạn cho trẻ
- Hầu hết những tai nạn thường gặp có thể phòng tránh được, tuy vậy, tai nạn thương tích vẫn là nguyên nhân hàng đầu gây tử vong ở trẻ. Những tai nạn mà trẻ em thường gặp là: ngã, tai nạn giao thông, chết đuối, bị vật sắc nhọn cắt/đâm, ngộ độc, bỏng.
- Một số những tai nạn của trẻ sẽ trở nên rất nguy hiểm cho tính mạng nếu không được sơ cứu kịp thời. Nếu biết sơ cứu ban đầu kịp thời thì có thể giúp trẻ thoát khỏi nguy hiểm. Phần lớn những động tác sơ cứu rất đơn giản và rất dễ thực hiện, mọi người lớn đều có thể làm được để sơ cứu kịp thời cho trẻ.

Phòng tránh ngã, tai nạn giao thông

Ngã là nguyên nhân gây thương tích, tàn tật hàng đầu cho trẻ. Trẻ bị ngã sẽ gây nên các vết bầm tím, gãy xương, những tổn thương bên ngoài hoặc bên trong cơ thể, nếu nặng có thể gây tử vong. Người chăm sóc trẻ cần làm hàng rào xung quanh hành lang cao hoặc cầu thang, nếu có điều kiện nên làm hàng rào xung quanh ao, nhà và luôn trông trẻ cẩn thận khi trẻ ở hiên cao, cầu thang, hoặc ở gần ao hay những nơi nguy hiểm khác.

- Tai nạn giao thông là một trong những nguyên nhân hàng đầu gây thương tích và tử vong cho trẻ. Nên có một chỗ vui chơi an toàn cho trẻ trong sân nhà hoặc trong làng, không cho trẻ chơi ở đường giao thông. Đề phòng trẻ chạy ra đường mà không ai biết. Dạy trẻ thực hiện các quy tắc an toàn giao thông:

- Không bao giờ cho phép trẻ nhỏ ra đường một mình. Các bậc cha mẹ phải nắm tay trẻ khi trẻ đi ra đường.
- Đi đâu bằng xe máy, xe đạp, cần nhắc nhở trẻ ngồi an toàn: ngồi cho mỗi chân một bên; Ngồi đúng chỗ có ghế ngồi và hai tay ôm vào người lái xe, không đứng trên yên xe, giông xe hoặc trên ghế đèo. Không tự ý lên xuống xe.
- Đi đâu bằng ô tô, cần nhắc nhở trẻ: Không được thò đầu, thò tay ra ngoài; Không vứt rác từ trên ô tô xuống hai bên đường và xuống sàn nhà, không khạc nhổ, la hét to; Không làm phiền lái xe (nói chuyện với lái xe khi xe đang chạy, khóc, nói chuyện to, cầm tay, nín áo lái xe...).
- Khi đưa con đi chơi trên hè phố/lề đường (ở thành phố), lề đường (ở nông thôn), nên hướng dẫn trẻ, chỉ cho trẻ biết những nơi có thể xảy ra nguy hiểm để trẻ chú ý tránh. Nơi không có vỉa hè thì đi hàng một, mắt hướng về phía phương tiện giao thông đang đi tới. Khi đi trên đường cùng trẻ, luôn luôn đi đúng nơi dành cho người đi bộ để trẻ noi theo.

Sơ cứu chấn thương do tai nạn giao thông, ngã:

Chấn thương phần mềm: Những vết bầm tím và sưng xuất hiện sau một cú ngã hoặc va chạm khiến cho chảy máu vào các mô dưới da, làm sưng và đổi màu. Các vết bầm thường phai màu dần và biến mất sau khoảng một tuần.

Cách xử trí: Đắp lên vết bầm trong khoảng nửa tiếng một chiếc khăn nhúng nước lạnh vắt ráo hoặc bọc đá lạnh vào khăn áp vào vết thương. Nếu trẻ bị đau nhiều hoặc đau khi cử động tay chân bị bầm tím cần kiểm tra xem trẻ có bong gân hay gãy xương không.

Bong gân: Đau ở vùng bị va đập chấn thương (thường gặp ở khớp cổ chân, cổ tay), nơi bị va đập sưng lên và sau đó bị bầm tím, cử động khớp khó khăn.

Cách xử trí:

- Nhẹ nhàng cởi giày hoặc tất cho trẻ hay các thứ có thể gây chèn ép cho chỗ sưng xung quanh vùng bị chấn thương.
- Nâng khớp bị chấn thương trong tư thế nào dễ chịu nhất cho trẻ, đắp lên khớp một khăn nhúng vào nước lạnh đã vắt hết nước đi hoặc một chiếc khăn bọc đá lạnh để làm bớt sưng và giảm đau.
- Quán một lớp bông ở xung quanh khớp và quán băng chắc cố định xung quanh phần khớp bị bong gân nhưng không quán chặt làm mông tay, móng chân trở nên trắng bệch hay xanh nhạt.

- Đưa trẻ đến cơ sở y tế ngay sau khi băng bó cho trẻ xong.

Gãy xương và trật khớp

- Cần thận băng vết thương và cầm máu nhưng tuyệt đối tránh di chuyển chân tay làm xương gãy bị xô lệch và gây đau đớn cho trẻ.
- Kiểm tra xem trẻ có bị choáng hay không. Luôn quan sát các dấu hiệu nguy hiểm như: choáng (*da tái xanh, trẻ mệt lờ đờ hoặc vật vã, người lạnh dâm dấp mồ hôi*), hoặc bất tỉnh.

Cố định vết thương và nhanh chóng đưa trẻ đến cơ sở y tế:

- + Nếu gãy tay, dùng một miếng vải to buộc qua cổ để treo tay của trẻ.
- + Nếu gãy chân, đặt chân trẻ lên thanh gỗ cứng. Dùng vải sạch lót giữa hai chân trẻ ở phần đầu gối và mắt cá chân, buộc thanh gỗ và hai chân trẻ vào với nhau.

Phòng tránh chết đuối

Chết đuối là nguyên nhân tử vong hàng đầu ở trẻ nhỏ. Do sức yếu, trẻ rất dễ bị ngạt thở khi ngã xuống nước, dù rất ít nước trẻ cũng có thể bị chết đuối, do vậy:

- Không cho trẻ tắm ở sông, suối mà không có người lớn biết bơi đi kèm.
- Nên rào quanh ao, hồ nước, hố phân sâu, hố vôi đang tôi để tránh các em khi chơi đùa bị ngã, rơi xuống hố.
- Trong mùa mưa lũ, cần phải có biển báo những chỗ nước sâu, nguy hiểm và nhắc nhở trẻ em tuân theo các lời chỉ dẫn.
- Các hố vôi tôi, hố đào đất sau khi đã sử dụng cần được lấp kín.
- Làm nắp đậy chắc chắn giếng, bể nước, chum, vại.
- Dạy cho trẻ tập bơi.

Xử trí đuối nước

Nếu một trẻ bị đuối nước gần bờ: Hãy nắm lấy một vật gì đó đưa cho trẻ và để trẻ nắm lấy và kéo trẻ lên bờ một cách an toàn, hoặc ném một sợi dây thừng từ bờ để trẻ túm lấy và kéo trẻ vào. Trong trường hợp trẻ ở quá xa bờ và bất tỉnh:

- hô hoán, kêu gọi mọi người tới giúp đỡ.
- Ngay lập tức sử dụng thuyền nếu có sẵn để vớt trẻ lên thuyền.
- Nếu bạn biết bơi giỏi, lấy một dây thừng buộc quanh thắt lưng của bạn, bạn có thể bơi ra chỗ trẻ và có một người cầm đầu dây kia đứng trên bờ.

- Bơi ra chỗ trẻ đang bị đuối nước với sợi dây buộc quanh thắt lưng bạn. Nếu trẻ còn tỉnh hãy nói với trẻ đang đuối nước một cách vững vàng để giúp trẻ bình tĩnh. Giữ tay trẻ về phía sau và cố gắng để nâng cằm và mặt của trẻ lên cao khỏi mặt nước. Người đứng trên bờ kéo cả bạn và đứa trẻ vào bờ.
- Nếu bạn có phao bơi, đem phao bơi ra cùng với bạn. Nhưng vẫn phải buộc sợi dây thừng quanh người.

Sơ cứu đuối nước

- Nhanh chóng đưa trẻ lên khỏi nước.
- An ủi trẻ bị nạn và đặt trẻ nằm ngửa, đầu nghiêng một bên.
- Nắm hai chân trẻ, dốc ngược đầu xuống thấp rồi lay mạnh để tháo nước ra.
- Đặt trẻ nằm nghiêng, móc hết các chất bẩn ở trong miệng trẻ rồi ép lỏng ngực để tiếp tục tháo nước ra.
- Nhanh chóng hà hơi thổi ngạt.
- Đưa trẻ đến cơ sở y tế.

Phòng tránh vật sắc nhọn cắt, đâm

Trẻ nhỏ thích tiếp xúc với mọi vật nên rất dễ bị các vật sắc nhọn cắt, đâm vào người. Người chăm sóc trẻ nên hết sức chú ý:

- Giữ cho sàn nhà, ngoài sân, những nơi mà trẻ thường đi lại không có những mảnh thủy tinh vỡ, vỏ hộp kim loại, đinh nhọn, mảnh sắt thép, dao lam, mảnh gỗ, mảnh tre củ dằm hoặc cạnh sắc.
- Để lên cao ngoài tầm với của trẻ các vật dụng sắc nhọn trong gia đình như: dao, kéo, cưa...
- Không cho trẻ chơi với các vật dụng sắc nhọn, hoặc chơi ở nơi có nhiều vật dụng sắc nhọn xung quanh như mảnh kính vỡ, đá nhọn...
- Thường xuyên để mắt đến trẻ nhỏ trong khi trẻ chơi đùa.

Sơ cứu đứt tay, chân, vết thương thông thường

- Rửa sạch vết thương bằng nước sạch. Nhẹ nhàng rửa hết những bụi bẩn.
- Nếu vết đứt nhỏ, có thể để mở cho nhanh liền. Có thể băng một miếng băng dính nhỏ ra ngoài. Kiểm tra để biết chắc chắn máu không tiếp tục chảy. Rửa vết thương và thay băng hàng ngày.

- Nếu vết đứt to, máu chảy nhiều, cầm máu bằng cuộn băng to hoặc quần áo sạch, tuyệt đối không bôi một loại thuốc nào lên vết thương, đưa trẻ đến cơ sở y tế gần nhất.

Phòng tránh ngộ độc

Đề phòng: Cần khoá kĩ hoặc đặt lên giá cao ngoài tầm tay của trẻ những hoá chất độc hại như: thuốc trừ sâu, thuốc chuột, bình xịt muối, giấm, tất cả các loại thuốc tân dược và phải có dán nhãn ở ngoài hộp rõ ràng. Dạy trẻ không nên uống những chai nước có màu sắc lạ, không nên ăn thức ăn lạ, thức ăn ôi thiu, hoa quả và cây, lá không an toàn như lá trúc đào,...

Nhận biết: Ngộ độc gồm loại cấp tính có thể gây nguy hại tức thì cho trẻ, hoặc ngộ độc mãn khi tiếp xúc lâu dài với một loại hoá chất độc nào đó. Ngộ độc có thể rất dễ nhận biết khi chứng kiến trẻ uống, ăn hoặc hít phải chất độc, cũng có thể rất khó nhận biết. *Trẻ dễ bị ngộ độc nhất qua đường tiêu hoá*, như ăn phải thức ăn ôi thiu, nuốt phải các chất độc như thuốc chuột, xà phòng, thuốc chữa bệnh hoặc hít phải khí độc của lò than, bình ga, hoá chất. Dấu hiệu thường gặp là trẻ đau bụng, nôn mửa, có thể kèm theo da tái, lạnh, thở nhanh và không sâu, nặng thì lơ mơ, bất tỉnh. Chú ý có thể phát hiện được nguyên nhân gây độc từ những chai, lọ... bên cạnh trẻ.

Sơ cứu: Nếu trẻ bất tỉnh, hà hơi thổi ngạt ngay nhưng phải đặt một tấm vải mỏng lên miệng trẻ để tránh nhiễm chất độc vào bản thân người lớn. Nếu trẻ vẫn thở thì đặt trẻ nằm tư thế để thở, thoáng khí. Tìm hiểu nhanh xem trẻ đã ăn, uống, hít phải cái gì, bao lâu rồi, nếu có chất nôn phải giữ lại để cán bộ y tế kiểm tra. Nếu biết rõ nguyên nhân thì có thể sơ cứu: uống phải chất độc cần gây nôn, hoặc cho uống một cốc nước muối đặc, hoặc than hoạt tính. Nếu bị hoá chất bắn vào cần rửa bằng nước lạnh từ 10 – 15 phút. Chuyển trẻ đến cơ sở y tế.

Phòng tránh hóc, tắc nghẹn đường thở

Trẻ nhỏ rất dễ bị ngạt và tắc đường thở khi nuốt hoặc nhét các vật gây tắc đường thở vào miệng, mũi, tai. Để phòng, tránh người chăm sóc trẻ cần:

- Không để những đồ vật nhỏ mà trẻ có thể nuốt và bị hóc như: đồng xu, cúc áo, kim băng, hạt lạc, hạt trái cây, hòn bi...
- Cho ăn những thức ăn mềm mà trẻ có thể nhai được; không nên cho trẻ ăn nguyên cả hạt lạc hoặc ăn những loại quả có hạt cứng.

- Khi ăn cơm, bột, không nên để trẻ ngả đầu về phía sau, ăn khi đang chạy, hoặc vừa ăn vừa cười đùa.

- Đảm bảo trẻ không cho những đồ vật dễ bị hóc vào miệng, mũi.

Những dấu hiệu thường gặp: Trẻ tím tái, ho sặc sụa, trào nước mắt nước mũi. Trẻ không phát âm được, hoặc không thể khóc thành tiếng. Trẻ lấy tay nắm lấy cổ mình. Nếu muộn: môi và lưỡi trẻ bắt đầu tím tái và trẻ có thể bất tỉnh nếu vật gây tắc không lấy được ra.

Cách sơ cứu: Ngay lập tức bế trẻ nằm sấp trên tay trái mình sao cho đầu trẻ thấp hơn ngực, đỡ lấy đầu trẻ, dùng tay phải vỗ mạnh vào lưng cho vật hóc rơi ra khỏi họng. Sau đó dùng ngón tay phải móc dị vật ở trong miệng ra. Nếu trẻ tím tái, đặt trẻ trên nền phẳng cứng và hà hơi thổi ngạt.

- Nếu trẻ lớn hơn, đặt trẻ nằm vắt trên đầu gối của người lớn sao cho đầu trẻ chúc xuống dưới. Dùng tay vỗ mạnh vào phần giữa hai bả vai để cho dị vật rơi ra khỏi họng. Nếu trẻ nhợt nhạt, đặt trẻ nằm xuống và hà hơi thổi ngạt.
- Nếu trẻ có thể đứng được thì bảo trẻ đứng và cúi gập người sao cho đầu thấp hơn ngực. Dùng tay vỗ nhanh vào vùng giữa hai bả vai để dị vật rơi ra khỏi họng. Nếu trẻ ngạt, nhanh chóng hà hơi thổi ngạt.
- Nếu trẻ lớn hơn nữa có thể đứng đằng sau trẻ và dùng hai tay ôm ngang dưới ngực trẻ, bắt ngờ sức mạnh trẻ lên để dị vật có thể bật ra ngoài hoặc trôi xuống dạ dày. Nếu trẻ ngạt thì nhanh chóng hà hơi thổi ngạt.
- Nhanh chóng đưa trẻ đến trạm y tế.

Dấu hiệu nguy hiểm cần đưa trẻ đi cấp cứu ngay lập tức: trẻ không thể ho hoặc phát ra thành tiếng. Môi lưỡi bắt đầu tím tái, mạch máu ở mặt và cổ bắt đầu nổi lên, trẻ trở nên bất tỉnh.

Phòng tránh bỏng

Trẻ em, đặc biệt từ 3 – 6 tuổi dễ bị bỏng vì tính trẻ hiếu động, tò mò và do sự bất cẩn của người chăm sóc trẻ. Bỏng nặng có thể để lại di chứng như sẹo, co kéo cơ, gây tàn phế suốt đời hoặc gây chết người. Người chăm sóc trẻ cần:

- Dạy trẻ có ý thức không nghịch lửa và các vật dễ cháy nổ.
- Không cho trẻ chơi gần bếp lửa hoặc thức ăn, đồ uống mới nấu như: cháo mỡ, nồi canh, nước sôi, phích nước nóng, nồi cám, vật dễ cháy nổ như ga, xăng, cồn, ổ điện...

- Không để trẻ lại gần người lớn khi họ đang bê một vật nóng.
- Để chất đốt, diêm, bật lửa, xăng dầu, cồn xa tầm với của trẻ.

Sơ cứu bỏng

- Đưa trẻ ra xa khỏi khu vực nguy hiểm.
- Làm mát bỏng bằng nước lạnh và sạch ngay lập tức. Rửa dưới vòi nước ít nhất là 10 phút hoặc tới khi vết bỏng đỡ đau. Có khi phải mát nửa giờ để làm nguội vết bỏng.
- Nhanh chóng cởi bỏ quần áo, vòng nhẫn (nếu có) trước khi vết bỏng sưng to.
- Nếu vết bỏng nhỏ (dưới 2 ngón tay): Giữ vết bỏng sạch và khô, không đựng vào chỗ bỏng nước và tránh làm lột da vết bỏng. Không bôi bất cứ một chất gì lên vết bỏng khi chưa rửa sạch vết bỏng. Không bôi cồn lên vết bỏng. Băng vết bỏng bằng băng băng hoặc vải sạch.
- Nếu vết bỏng to, làm nguội vết bỏng. Nhanh chóng đưa trẻ đến cơ sở y tế.

Phòng tránh điện giật

Điện giật sẽ tác động vào hệ thần kinh làm rối loạn hoạt động của hệ thống hô hấp, hệ tuần hoàn. Người bị điện giật thở hỗn hển, tim đập nhanh... nếu bị nặng thì tim, phổi ngừng hoạt động, nạn nhân chết trong tình trạng ngạt, dòng điện sẽ làm co rút, tê liệt các cơ bắp gây cảm giác đau nhức. Người bị điện giật không thể tự rút tay hoặc bứt ra khỏi nơi cơ thể chạm vào điện. Điện giật có thể do:

Chạm vào vật mang điện: vô ý chạm phải vật mang điện hoặc sử dụng các dụng cụ, thiết bị điện có điện truyền ra vỏ do các bộ phận cách điện bị hỏng; hoặc không may dẫm chân vào dây điện hở, dây điện đứt rơi vào người.

Do phóng điện: trèo lên cột điện cao thế ngoắc điện, lấy sào chọc dây điện cao thế, đến quá gần trạm biến thế điện cao thế. Trong các trường hợp này dù chưa chạm trực tiếp vào vật mang điện nhưng với một khoảng cách quá gần, điện phóng qua không khí, giật ngã hoặc đốt cháy cơ thể.

Tai nạn điện là nguyên nhân gây sốc, bỏng, dễ gây chết người, vì vậy:

- Cần để ổ điện lên cao, an toàn, ngoài tầm với của trẻ. Phải dùng ổ cắm điện có nắp đậy hoặc lấy băng dính dán kín những ổ cắm điện ít dùng đến. Không bao giờ để trẻ chơi với dây điện hoặc ổ cắm.

- Không nên dùng dây điện không có phích để cắm trực tiếp vào ổ điện.
- Phải thường xuyên kiểm tra dây điện để phòng bị hở do chuột cắn.
- Trẻ cần tránh xa nơi dây điện đứt rơi xuống.
- Không nên để cho trẻ nghịch, trèo lên cột điện.
- Không để trẻ trú, nấp dưới gốc cây to khi trời mưa để phòng sét đánh.

Sơ cứu điện giật: Phải biết cách tự bảo vệ bản thân tránh bị điện giật trước khi cứu người. Nhanh chóng cứu trẻ thoát khỏi nguồn điện bằng cách:

- + Rút ổ cắm điện ra khỏi ổ điện, ngắt cầu dao, rút cầu chì.
- + Nếu nguồn điện bị hở, đứng lên một vật cách điện như: ghế gỗ, nhựa, chăn... dùng một que gỗ dài hoặc ống nhựa gạt dây điện ra khỏi người trẻ.
- Nếu trẻ sốc nhẹ về tâm lí, an ủi trẻ để trẻ yên tâm, kiểm tra xem có bị bỏng không và an ủi, động viên trẻ đến khi trẻ cảm thấy an toàn.
- Nếu trẻ ngạt thở, tim ngừng đập. Nhanh chóng và kiên trì hà hơi thổi ngạt và bóp tim ngoài lồng ngực cho trẻ.
- Nhanh chóng đưa trẻ đến cơ sở y tế.

Bài tập

Sau khi nghiên cứu các nội dung về chăm sóc sức khỏe cho trẻ, bạn hãy thử trả lời câu hỏi sau đây:

Chọn câu trả lời đúng nhất:

- + Mỗi câu có 3 đáp án, chọn đáp án đúng nhất
- + Học viên đọc suy nghĩ, đánh dấu theo ý của mình.
- + Mỗi câu đúng cho 1 điểm.

Câu 1: Sạch có lợi gì?

- Để giúp ăn ngon miệng.
- Để không làm mất các chất dinh dưỡng.
- Để phòng tránh bệnh tật.

Câu 2: Để nước thải tù đọng có hại như thế nào đến sức khỏe?

- Truyền bệnh đường ruột như tả, lỵ.
- Gây mùi hôi dễ mắc bệnh đường hô hấp như ho, lao, cúm.

- Truyền bệnh do muối như sốt xuất huyết, sốt rét.
- Câu 3: Rửa tay sạch bằng xà phòng sau khi đi đại tiện để làm gì?*
- Làm sạch và thơm tay để ăn uống ngon miệng.
- Sạch các vết bẩn không gây bệnh cho tay.
- Sạch hết mầm bệnh để không làm lây bệnh qua đường ăn uống.
- Câu 4: Chỗ học, nơi ở của trẻ có cần quét lau hàng ngày không? Vì sao?*
- Không cần vì không bẩn.
- Cần thiết vì tạo môi trường sạch sẽ giúp trẻ khoẻ mạnh.
- Cần thiết để cho đẹp.
- Câu 5: Đồ dùng, đồ chơi của trẻ có cần giặt lau sạch sẽ không? Vì sao?*
- Có cần vì để cho đẹp.
- Có cần vì tránh lây lan mầm bệnh.
- Không cần vì quá nhiều việc cần hơn việc này.
- Câu 6: Tại sao phải cho trẻ dùng khăn mặt riêng?*
- Vì có sẵn.
- Vì sợ kiểm tra chuyên môn phê bình.
- Vì tránh lây lan bệnh tật cho trẻ.
- Câu 7: Trẻ có cần tắm rửa hàng ngày không? Vì sao?*
- Cần vì cho trẻ sạch đẹp đáng yêu.
- Cần vì giữ vệ sinh tránh bệnh tật cho trẻ.
- Không cần vì không có hại gì.
- Câu 8: Có cần chuẩn bị đủ nước chín cho trẻ uống không? Vì sao?*
- Có vì đó là công việc bình thường.
- Có vì để trẻ không bị bệnh đường ruột.
- Không cần vì trẻ không đòi hỏi.
- Câu 9: Nước lạnh, nước đá có làm chết vi trùng không? Vì sao?*
- Có làm chết các vi trùng gây bệnh đường ruột nhưng không diệt được các vi trùng khác.
- Có làm chết nhưng không hoàn toàn.
- Không, nó chỉ làm ức chế sự phát triển các vi trùng.

Hoạt động 2: Tìm hiểu về nội dung căn tư vấn cho cha mẹ về giáo dục giúp trẻ 3 – 6 tuổi phát triển

Bạn hãy tự liệt kê ra những nội dung thuộc giáo dục, giúp trẻ phát triển mà bạn cho là cần phải được tư vấn cho cha mẹ.

– Hướng dẫn tự chơi:

– Trò chuyện với trẻ:

– Đọc sách cho trẻ nghe:

– Giúp trẻ phát triển trí tò mò và sự sáng tạo:

mang lại tính thiết thực cao cho cha mẹ và có tác động quan trọng trong sự phát triển của trẻ. Căn cứ vào thực tế của địa phương, giáo viên cần lựa chọn nội dung GD phù hợp để tư vấn cho cha mẹ. Sau đây là gợi ý một số nội dung cần tư vấn cho cha mẹ.

2.1. Hướng dẫn chơi với trẻ

- Vui chơi là nhu cầu tự nhiên và thiết yếu của trẻ. Trẻ học hỏi được nhiều điều thông qua vui chơi.
- Đồ chơi cho trẻ là những đồ vật đơn giản, nguyên liệu sẵn có không tốn kém và một số bộ phận cơ thể người thân. Mỗi ngôi nhà và thiên nhiên xung quanh nhà là một kho chứa đầy những đồ chơi tuyệt vời bởi vì không phải chỉ có đồ chơi đắt tiền mới giúp trẻ học hỏi.
- Mỗi ngày, cha mẹ nên dành chút thời gian chơi với con và tạo cho con chỗ chơi an toàn.

Vui chơi đối với trẻ rất quan trọng

- Hướng dẫn trẻ chơi ngay từ khi trẻ lọt lòng để giúp trẻ phát triển tinh thần và thể chất.
- Khi chơi với trẻ chúng ta dạy trẻ được nhiều điều: dạy trẻ nói, dạy trẻ lễ phép, dạy trẻ tìm hiểu môi trường sống và biết cách ứng xử trong cuộc sống...
- Cùng chơi với trẻ cha mẹ sẽ hiểu được trẻ thích gì, không thích gì, chúng đã biết gì, chưa biết gì và muốn biết gì để từ đó có những cách ứng xử phù hợp, tạo tiền đề giúp trẻ sau này học tập tốt hơn ở trường phổ thông và thành đạt trong cuộc sống.

Đồ chơi cho trẻ

Đồ chơi cho trẻ có thể là cơ thể của trẻ và những người thân

- Cơ thể của những người thân là thứ quan trọng nhất trẻ cần được chơi để phát triển các giác quan: nhìn, nghe, cảm nhận bằng lưỡi, bằng da, bằng tay.
- Chơi với một số bộ phận trên cơ thể cũng là điều thú vị và giúp trẻ phát triển nhiều điều: học nói; phát triển vận động và xúc giác; tăng cường tình cảm và giúp trẻ cảm nhận độ thăng bằng...

Ví dụ: Chơi xích đu với đôi bàn chân. Chơi chổng nụ, chổng hoa. Ngồi trên lưng phi ngựa. Chơi ú oà. Chơi làm con cua bò, làm củ gừng bằng đôi bàn tay...

Đồ chơi cho trẻ là những đồ vật thường dùng trong sinh hoạt hàng ngày

- Ghế xếp lại thành một đoàn tàu hoả, chiếc cầu...
- Bàn xếp thành cái nhà, đường hầm.
- Xô nhỏ để xách nước, ném bóng, bò xung quanh...
- Rổ rá làm đích ném bóng, vành dùng để quay vòng, đánh vòng...
- Bộ ấm chén, bát đĩa, thìa thìa, nồi, xoong, chảo bé... chơi đồ hàng.
- Những tờ tranh, tờ lịch dùng để kể chuyện, nhận biết hình, xé dán...

Đồ chơi cho trẻ là những nguyên vật liệu thiên nhiên

- Các loại hạt: nhãn, hồng xiêm, bưởi, quả trứng gà, gấc... sỏi đá dùng để xếp hình, xếp các chữ số trên sàn nhà, cát hoặc gắn lên giấy, chơi bán hàng, nấu ăn (cân đong, giả làm thức ăn...); đếm, phân loại; chơi “Ô ăn quan”, đánh búng,... Cha mẹ cần chú ý đảm bảo an toàn cho trẻ: không cho trẻ ngậm, không cho các loại hạt, sỏi vào mũi, vào lỗ tai...
- Hoa, lá: có thể xâu thành vòng, chuỗi, đan rèm, làm hộp, tết các con vật, đồ vật, cuộn cái kèn... Quả bầu khô đựng nước. Tàu cau, tàu dừa làm xe kéo, làm quạt...
- Cát: Xúc cát, đong cát, rót cát. In hình, in dấu chân lên cát khô, cát ướt. Đào lỗ giấu đồ vật hoặc bàn tay vào trong cát...
- Nước: Đong nước, rót, đổ từ chai nọ sang chai kia. Tắm rửa con vật, đồ vật. Thả những vật khác nhau xuống nước xem vật nào chìm, vật nào nổi, vật nào thấm nước, vật nào không...
- Bạn hãy đưa cho trẻ 1 cái giỏ (thùng/ rổ) cho trẻ đựng đồ chơi (các vật liệu chơi) của riêng trẻ. Để trẻ luôn bị hấp dẫn bởi đồ chơi, cha mẹ chỉ nên cho trẻ chơi với một số đồ chơi còn một số đồ chơi khác cất đi. Sau một thời gian đổi đồ chơi khác, trẻ lại có cảm giác như có đồ chơi mới.
- Ngoài ra, cha mẹ có thể làm một số đồ chơi đơn giản cho trẻ chơi từ các nguyên vật liệu rẻ tiền như: tạp chí, báo, tranh ảnh cũ, cọng rơm, cọng rạ, lá dừa, lá đa, lá mít,... Trong những ngày vui, người thân trong gia đình có thể mua một số đồ chơi cho trẻ, nhưng chú ý chọn đồ chơi đảm bảo một số yêu cầu sau:
 - + An toàn, không gây nguy hiểm cho trẻ (không sắc nhọn, không dễ vỡ, dễ gãy, không làm xước da, chảy máu trẻ, không dùng bằng nguyên vật liệu độc hại).
 - + Vệ sinh: Dễ rửa, dễ bảo quản.

- + Có ý nghĩa giáo dục: phù hợp lứa tuổi và kích thích trẻ phát triển toàn diện: thể chất, nhận thức, ngôn ngữ, tình cảm và xã hội. Đồ chơi không gây bạo lực.

Cha mẹ hướng dẫn trẻ từ 3 – 6 tuổi chơi

- Trẻ thích chơi đóng vai, trẻ có nhu cầu được chơi với bạn, bố mẹ cần tạo điều kiện cho trẻ chơi cùng bạn, trẻ sẽ học hỏi thêm nhiều điều ở bạn và học cách chia sẻ, hợp tác. Đôi khi trẻ mời bố mẹ cùng chơi. Chúng nhận mình là ai đó và đề nghị bố mẹ đóng vai nào đó.
- Cha mẹ cần hướng cho trẻ trai được chơi các trò chơi của trẻ gái để tập luyện tính kiên trì, nhẫn nại và sự nhẹ nhàng; ngược lại trẻ gái được chơi những trò chơi của trẻ trai để được bổ sung tính mạnh mẽ, quyết đoán, nhanh nhẹn, dũng cảm.
- Cha mẹ nên tạo cho trẻ chỗ chơi và hướng dẫn trẻ chơi các trò chơi dân gian.

2.2. Trò chuyện với trẻ

- Thông qua trò chuyện giao tiếp hàng ngày, các câu chuyện, bài thơ trẻ học được nhiều điều bổ ích. Trẻ nào được nghe kể chuyện nhiều hoặc được đọc cho nghe nhiều chuyện khác nhau sẽ có khả năng học tập tốt hơn.
- Dù làm công việc gì, thời gian bận rộn thế nào, nhưng nếu thực sự thương yêu trẻ, chúng ta đều có thể chăm sóc được trẻ một cách chu đáo, trò chuyện với trẻ những gì chúng ta đang làm, tối đến trước giờ ngủ của trẻ, bạn hãy đọc hoặc kể cho trẻ nghe một câu chuyện, trẻ sẽ sung sướng và cảm thấy hạnh phúc biết chừng nào.
- Biết chọn sách, biết cách đọc sách cho trẻ nghe cũng là điều cha mẹ cần quan tâm.

Tại sao cần trò chuyện với trẻ?

- Trò chuyện với trẻ hàng ngày sẽ có ảnh hưởng tốt tới việc phát triển ngôn ngữ của trẻ, giúp trẻ vui vẻ, hạnh phúc, làm tăng tình cảm giữa cha mẹ và con cái..
- Trẻ bắt đầu việc học từ khi trẻ được người lớn trò chuyện, được ôm ấp, vuốt ve, nhìn mặt người thân quen, nghe những giọng nói thân thuộc và nhìn những người khác có các cử chỉ đáp lại...
- Sử dụng khoảng thời gian cho trẻ ăn, vệ sinh cá nhân trẻ... để ôm ấp, hát, trò chuyện với trẻ, trẻ sẽ trở nên rất gần bó, quấn quýt với bạn, và bạn có

thể giúp trẻ học và hiểu các đồ vật trong thế giới đầy hấp dẫn xung quanh đối với trẻ.

- Để giúp trẻ phát triển ngôn ngữ và các kĩ năng giao tiếp, bạn hãy trò chuyện với trẻ, hát và đọc cho trẻ nghe cũng như hãy nghe và đáp lại khi trẻ cố gắng trò chuyện lại với bạn. Trẻ càng được đối thoại, trò chuyện càng nhiều thì trẻ càng có khả năng hiểu các lời chỉ dẫn, giải thích, hỏi và tham gia tranh luận ở trường. Khả năng này hình thành sự tự tin và giúp trẻ học ở trường phổ thông tốt hơn.

Trò chuyện với trẻ về công việc hàng ngày như thế nào?

- Trò chuyện về các loại thức ăn, việc giặt quần áo, lau giày dép hoặc nói về một con côn trùng trên sàn nhà, những bông hoa, những mối liên quan... Giải thích những điều gì bạn đang làm, đang chăm sóc con bạn. Sử dụng lời nói kết hợp hành động – vừa nói vừa chỉ vào vật hoặc làm động tác cho trẻ xem.
- Hãy cho phép trẻ quan sát và được tham gia vào các công việc gia đình, cố gắng giao cho trẻ làm một số việc vừa sức. Công việc hàng ngày của bạn có thể trở thành trò chơi của trẻ. Hãy nói với trẻ về những gì bạn đang làm.
- Hãy hỏi trẻ một số câu hỏi đơn giản. Hỏi để trẻ giải thích những gì chúng nhìn thấy và làm.

Cách trò chuyện với trẻ từ 3 – 6 tuổi

- Khi trẻ 3 tuổi trẻ đã có thể kể lại và nói cảm tưởng của mình trước những điều chúng nhìn thấy, nghe thấy. Trẻ hay hỏi: Con gì đây? Sao nó lại thế? Để làm gì? Tại sao? Người lớn cần kiên nhẫn trả lời các câu hỏi của trẻ, các câu trả lời cần chính xác, rõ ràng, đơn giản, dễ hiểu đối với trẻ.
- Trong khi nói chuyện với trẻ cũng cần nêu câu hỏi cho trẻ trả lời và nói cho trẻ biết đặc điểm của vật dùng trong gia đình.
- Người lớn cần chú ý lắng nghe trẻ nói, không nhắc lại những câu, những từ trẻ nói sai. Khi nói với trẻ các bạn cần nói đúng, nói thông thả, từ phải rõ ràng, chính xác. Các bạn hãy kiên nhẫn và không nên tỏ ra khó chịu khi trẻ nói không đúng và hỏi nhiều.
- Tiếp tục sử dụng bài hát, bài thơ, câu đố, câu chuyện để luyện cho trẻ nói đúng, tăng thêm vốn từ và mở rộng hiểu biết. Hướng dẫn cho trẻ chơi các trò chơi phân vai: “Chơi với búp bê”, “Cô giáo”, “Chú công an”... các trò chơi này sẽ luyện óc quan sát, trí nhớ và sự chú ý của trẻ. Cần tạo điều kiện cho trẻ chơi với trẻ cùng tuổi và trẻ lớn hơn.

2.3. Đọc sách cho trẻ nghe

Tại sao cần đọc sách cho trẻ nghe?

- Đọc cho trẻ nghe giúp trẻ:
 - + Hiểu về bản thân, con người, thiên nhiên, cây cối xung quanh.
 - + Phát triển ngôn ngữ, óc tưởng tượng và tính sáng tạo.
 - + Phát triển tình cảm, biết yêu thương người tốt, phân biệt điều tốt, điều xấu và tăng cường tình cảm đối với cha mẹ và những người thân trong gia đình.
 - + Có khả năng học tập tốt hơn khi vào lớp 1.

Chọn sách nào cho trẻ?

- Nội dung sách: viết về các đồ vật, con vật thân thuộc với trẻ và các truyện cổ tích.
- Tranh vẽ: to, rõ ràng, màu sắc hấp dẫn, minh họa sinh động, gắn gũi với cuộc sống hàng ngày của trẻ và phù hợp với nội dung của truyện.
- Ngôn ngữ: câu ngắn gọn, đơn giản, dễ hiểu. Chữ viết to, rõ ràng, đơn giản, không quá nhiều chữ và từ mới.
- Các nhân vật: không nhiều nhân vật quá, hành động của nhân vật đơn giản, ngộ nghĩnh để có thể làm theo.

Cách đọc sách cho trẻ nghe

- Người lớn nên đọc trước cho lưu loát trước khi đọc cho trẻ nghe. Đọc rõ ràng, diễn cảm phù hợp với tính cách, trạng thái tình cảm của từng nhân vật.
- Nên cho trẻ ngồi cùng phía với người đọc để nhìn thấy tranh và chữ.
- Giới thiệu sách cho trẻ: trang bìa, tên truyện và tranh ảnh.
- Vừa đọc vừa chỉ vào dòng chữ cho trẻ nghe và nhìn theo dòng chữ. Có thể dùng điệu bộ để minh họa, diễn tả các hành động và cảm xúc của những nhân vật.
- Cho trẻ nhắc lại một số từ, câu, chỉ vào tranh và nói, hỏi; chỉ vào dòng chữ và đọc, khen ngợi trẻ, cho trẻ tập giờ các trang sách khi xem / đọc hết trang.
- Khi đang đọc có thể dừng lại để hỏi trẻ một số câu hỏi về cuộc sống liên quan đến nội dung câu chuyện. Người đọc có thể dừng lại hỏi trẻ đoán xem phần tiếp theo của câu chuyện sẽ như thế nào? Hỏi ý kiến nhận xét của trẻ về câu truyện.

- Sau khi đọc xong, hỏi trẻ nghĩ về câu chuyện như thế nào? Các nhân vật đã làm gì, trẻ thích gì? Trẻ thích nhân vật nào? Vì sao? Trẻ có thích làm giống như nhân vật trong truyện không?
- Cùng trẻ đọc hoặc kể lại truyện nếu trẻ thích (Ví dụ: cùng kể lại truyện trước khi ngủ, hoặc kể lại chuyện cho người khác nghe).
- Đọc đi đọc lại nhiều lần câu chuyện cho trẻ nghe nếu trẻ thích.

2.4. Giúp trẻ phát triển trí tò mò và sự sáng tạo

- Tò mò, sáng tạo là cơ sở của việc học hỏi. Trẻ tò mò, sáng tạo sẽ mạnh dạn hơn trong giao tiếp, sẽ trở nên tự tin hơn và sẽ học tập tốt hơn ở trường phổ thông và ổn định hơn về tình cảm.
- Sự tò mò của trẻ bắt đầu ngay từ khi trẻ ra đời.
- Mỗi trẻ đều có tính tò mò, sáng tạo theo cách riêng của mình để khám phá thế giới xung quanh và trao đổi với những người khác. Khi chúng ta động viên được phong cách riêng thì tính tò mò, sáng tạo của mỗi đứa trẻ được phát triển, trẻ sẽ tự tin hơn, học được nhiều điều hơn.
- Cha mẹ cần giúp trẻ trở nên tò mò, sáng tạo trong môi trường an toàn và thông qua vui chơi. Trẻ tò mò và sáng tạo có tầm quan trọng trong sự phát triển toàn diện của trẻ.
- Trẻ được phép tò mò, được khuyến khích để sáng tạo sẽ trở nên tự tin hơn, biết nhiều điều hơn và mạnh dạn hơn.
- Trẻ được khuyến khích để sáng tạo sẽ có nhiều cơ hội để phát triển những khả năng đặc biệt.

Cách giúp trẻ 3 – 6 tuổi trở nên tò mò, sáng tạo

- Hãy chứng tỏ cho bé biết bé luôn được yêu thương thông qua lời nói và hành động của cha mẹ. Kể cho bé những câu chuyện để bé thấy được chúng là niềm vui của cả gia đình và cha mẹ tin rằng bé lớn lên sẽ là một người thông minh, khỏe mạnh, tự tin và sáng tạo.
- Tôn trọng và quan tâm tới ý nghĩa của trẻ, lắng nghe và trả lời các câu hỏi của trẻ một cách cởi mở.
- Cho trẻ quan sát hoạt động của các con vật, kể cả con vật bé nhỏ như các loại côn trùng.
- Chơi các trò chơi tìm kiếm, phán đoán: Ví dụ: Mẹ lắc hộp cho trẻ nghe và hỏi “Trong hộp có gì? Cái gì trong hộp mà nó lại kêu như thế?...”
- Khuyến khích trí tưởng tượng của trẻ.

- Tạo điều kiện cho trẻ chơi các trò chơi đóng vai để trẻ có thể tưởng tượng và diễn tả các hành động phù hợp với từng vai mà trẻ quan sát được trong cuộc sống.
- Cho trẻ nghĩ và vẽ các con vật ở hành tinh khác.
- Dùng câu chuyện đúng chỗ để trẻ có thể nghĩ ra các cách kết thúc khác nhau hoặc đặt tên cho câu chuyện.
- Cho trẻ lắng nghe và phát hiện các âm thanh trong tự nhiên và tìm cách mô phỏng lại...
- Chấp nhận sự khác nhau của mỗi trẻ, điều quan trọng là mỗi ý nghĩ trẻ đưa ra đều có lí lẽ riêng của nó.
- Sử dụng một số dạng câu hỏi để khuyến khích sự tò mò, tưởng tượng và sáng tạo của trẻ như: Tại sao? Như thế nào? Còn cách nào khác không? Điều gì sẽ xảy ra nếu...?

2.5. Giúp trẻ phát triển khả năng tự tin, tự lập

Mỗi gia đình nói riêng, cả xã hội nói chung cần tạo điều kiện, khuyến khích mỗi đứa trẻ phát triển khoẻ mạnh, thông minh, nhạy cảm, chu đáo, khoan dung, tự tin và sáng tạo.

Thế nào là một đứa trẻ tự tin, tự lập?

- Trẻ tự tin là trẻ mạnh dạn, tin tưởng vào những việc mình làm và khả năng của mình, không ngần ngại, không ỷ lại vào người khác. Trẻ luôn sẵn sàng trình bày suy nghĩ và việc làm của mình cho người khác nghe.
- Trẻ tự tin thường mạnh dạn nói lên khả năng của mình bằng những câu như: "Con làm được...", "Con hát được...", "Con biết vẽ...", "Làm cái đó thì không khó/dễ...".

Tự tin, tự lập có ý nghĩa như thế nào đối với trẻ?

- Trẻ tự tin, tự lập thường học tập tốt hơn, có tình cảm ổn định hơn, giao tiếp nhanh nhạy hơn, khả năng hoà đồng với các bạn tốt hơn trong vui chơi, trong trò chuyện...
- Trong cuộc sống, tính thiếu tự tin, thiếu tự lập thường do trẻ ít kinh nghiệm, thiếu kiến thức và kĩ năng.
- Tự tin, tự lập ở trẻ không tự nhiên mà có, nó được hình thành dần dần nhờ sự giáo dục đúng đắn của người lớn. Cách tốt nhất để phát triển tính tự tin, tự lập cho trẻ là tạo cơ hội cho trẻ phát huy khả năng của mình, khen ngợi, động viên khuyến khích của người lớn đối với trẻ.

Những việc cha mẹ có thể làm để phát triển tính tự tin, tự lập của trẻ

- Người lớn cần tránh làm hộ trẻ những việc đơn giản mà bản thân trẻ có thể làm được.

Đôi khi tính thiếu tự tin cũng trở thành thói quen – thậm chí có những việc có thể làm được nhưng trẻ vẫn từ chối không làm và trả lời: "Con không biết", "Con không làm được". Điều đó không phải là trẻ không vâng lời mà do trẻ thiếu tự tin, sợ thất bại, sợ bị chê trách. Người lớn cần tin tưởng rằng nếu cố gắng, trẻ có thể làm được, vì vậy cần tránh làm hộ trẻ những việc đơn giản mà bản thân trẻ có thể giải quyết được như tự mặc quần áo, tự cầm cốc uống nước, dùng bát, thìa xúc cơm, đi giày, dép, mặc quần áo, bẻ ghế, dọn bàn ăn...

- Để củng cố và phát triển tính tự tin của trẻ, cần khắc phục tính rụt rè, nhút nhát, thiếu quyết tâm của trẻ bằng việc động viên trẻ thực hiện những nhiệm vụ được giao theo khả năng của mình. Cần chỉ rõ trẻ phải làm những gì và làm như thế nào để đạt được kết quả mong muốn.
- Nhiệm vụ đặt ra phải phù hợp với khả năng của trẻ, hấp dẫn trẻ, gắn với hứng thú và tính tích cực của trẻ (Ví dụ: muốn trẻ có nền nếp đánh răng, chải tóc thì cần sắp đặt các đồ dùng ở nơi thuận tiện, vừa tầm tay trẻ, dễ lấy và đẹp). Nếu nhiệm vụ đặt ra cao, dễ gây cho trẻ nản chí, thiếu tự tin vào chính mình, hoang mang, sợ khó khăn.
- Mỗi gia đình nên có một số quy định và yêu cầu trẻ thực hiện; Các thành viên trong gia đình thống nhất giao cho trẻ làm những việc đơn giản, vừa sức hàng ngày như: lấy thìa, đũa, xếp ghế ăn, lấy tăm, nước, lau bàn ghế giúp bố mẹ, cất gọn đồ chơi sau khi chơi... Cha mẹ kịp thời khen ngợi, động viên trẻ nếu trẻ làm đúng.
- Đối với trẻ thiếu tự tin, cần khen ngợi ngay từ những cố gắng bước đầu của trẻ và động viên liên tục một cách thiện chí, không chê bai, chỉ trích khi trẻ làm sai vì như vậy sẽ phá hoại sự tự tin của trẻ, làm căng thẳng mối quan hệ giữa trẻ với người lớn.
- Hãy chứng tỏ cho trẻ biết trẻ luôn được yêu thương thông qua lời nói và hành động của cha mẹ. Kể cho trẻ những câu chuyện để trẻ thấy được chúng là niềm vui của cả gia đình và cha mẹ, tin rằng khi trẻ lớn lên sẽ là một người thông minh, khoẻ mạnh và sáng tạo.
- Tạo cơ hội, động viên trẻ thử nghiệm những điều mới mẻ trong khi chơi, khám phá.

- Sự vật trong một môi trường an toàn. Ví dụ: Cho phép trẻ nhỏ được tắt, mở, chọn kênh trên ti vi nếu bố mẹ cảm thấy điều đó an toàn.
- Thường xuyên vỗ về trẻ, hát cho trẻ nghe mỗi khi thức giấc và kể lại câu chuyện trước khi ngủ, cho trẻ súc miệng hoặc đánh răng sau khi ăn... những việc thường xuyên như vậy sẽ giúp trẻ cảm thấy rằng mọi việc xung quanh trẻ cô nền nếp và trẻ có cảm giác an toàn.
- Khen ngợi khi trẻ làm được một việc đúng, tự giải quyết một tình huống nào đó dù là rất đơn giản mà trước đây trẻ không dám làm. Ví dụ: "Con gái của mẹ giỏi quá, con đã tự đi vệ sinh một mình được rồi", "Con trai của mẹ giỏi quá, biết giúp mẹ lấy đủ đĩa ăn cho cả nhà", "Con của mẹ dũng cảm quá, con đã tự đi vệ sinh một mình mà không sợ bóng tối" ...

Khi khen trẻ, bạn nên tập trung vào sự cố gắng của trẻ, chứ không nên tập trung vào kết quả đạt được. Chúng ta thường quan tâm quá nhiều đến kết quả cuối cùng mà không nhận ra rằng phải khó khăn thế nào trẻ mới làm được điều đó.

Đưa ra những ý kiến phản hồi tích cực cụ thể hơn là những lời khen chung chung:

- Ghi nhận và nhận xét về những thái độ và hành vi cụ thể mà trẻ làm hơn là chỉ khen là trẻ "ngoan". Tránh những "lời khen nửa vời", ví dụ như "con làm rất tốt, nhưng..."
- Khi trẻ làm điều gì đó bạn không thích, thì bạn cũng không nên quy kết chuyện đó. Hãy nói cụ thể cho trẻ biết về những việc bạn muốn trẻ làm. Dùng từ "làm" nhiều hơn là "không làm".
Ví dụ bạn hãy nói với trẻ là "Con nên đóng cánh cửa nhẹ nhàng thôi" chứ không nên nói là "Đừng sập cửa mạnh".

- Bạn hãy chú ý lắng nghe trẻ. Để trở thành một người biết lắng nghe, bạn phải thực sự muốn nghe những gì con bạn nói và tin rằng những gì chúng nói là quan trọng. Lắng nghe cảm xúc của trẻ, chứ không chỉ những gì trẻ nói. Sử dụng ngôn ngữ cơ thể, mắt và những mối liên hệ cơ thể để chứng tỏ rằng bạn đang lắng nghe. Hãy cười đúng lúc, hãy gật đầu để chứng tỏ là bạn đang lắng nghe, hãy hỏi những câu hỏi mà bạn quan tâm hay giúp trẻ giải thích rõ hơn một điểm nào đó. Diễn giải chi tiết, và đừng ngắt lời hay tỏ ra sao lãng. Bằng việc chủ động lắng nghe, bạn sẽ làm tăng cảm giác của trẻ về lòng tự tin vào bản thân.

- Chấp nhận mọi cảm xúc của trẻ, kể cả những cảm xúc tiêu cực như tức giận. Hãy cố gắng hiểu những biểu hiện xúc cảm của trẻ qua ngôn ngữ "cơ thể" (Đặc biệt cần thiết đối với trẻ nhỏ): khóc to, nhoen cười, phát âm gư gư, oằn người, cong lưng... để biết trẻ có nhu cầu gì. Hiểu và đáp ứng những biểu hiện đó của trẻ càng làm cho trẻ tự tin trong giao tiếp với những người xung quanh.
- Không chì chiết, chửi rủa trẻ vì làm như vậy trẻ sẽ hoảng sợ, thiếu tự tin, ảnh hưởng xấu tới sự phát triển thể chất, tinh thần và khả năng học tập của trẻ. Hãy tôn trọng mọi ý nghĩ và sự khác biệt của trẻ, cho phép trẻ được trình bày ý tưởng và cảm xúc của riêng mình. Tôn trọng cá tính, sự độc lập và riêng tư của trẻ. Sự kết tội không bao giờ nói cho trẻ thấy điều hay nên làm. Nó chỉ tập trung vào những điều tồi tệ. Như vậy kết quả cuối cùng làm cho trẻ thiếu tự tin vào quyết định của mình.
- Khi phê bình, góp ý trẻ, hãy chỉ ra hành vi cụ thể của trẻ mà bạn không thích. Phải làm cho con bạn hiểu rằng không phải là bạn không thích chúng, mà là không thích những hành vi mà chúng đã thể hiện. Ví dụ như, bạn nên nói là: "Bố/mẹ rất buồn vì con không rửa tay trước khi ăn", thay vì nói là "Bố/mẹ rất bực con".
- Hãy là một người bạn của con, chứ không phải một người luôn chỉ trích con. Không có ai là hoàn hảo cả, nên chúng ta không thể mong đợi sự hoàn hảo từ trẻ. Chấp nhận những sai lầm của bạn, của trẻ và xem đây là cơ hội để học hỏi và trưởng thành. Bạn nên nhấn mạnh với trẻ những hành vi mà bạn thích hơn là chỉ trích những hành vi mà bạn không thích. Mỗi lần như thế tính tự tin của trẻ lại được củng cố.
- Chúng tỏ sự tin tưởng của bạn vào khả năng đưa ra giải pháp của trẻ.
 Khi trẻ gặp phải vấn đề nào đó, bạn hãy là người cố vấn chứ không phải là "sếp" của chúng. Thay cho việc đưa ra lời khuyên hay làm hộ trẻ, hãy để trẻ có trách nhiệm tự giải quyết vấn đề của chính mình. Ví dụ: "Theo con cần làm gì để giúp con không bị nói lắp?", "Theo con thì làm thế nào để đi không bị trượt ngã trên sàn nhà?"
- Hãy lắng nghe, ủng hộ và giúp trẻ khám phá, cân nhắc các phương án khác nhau và kết quả của các phương án đó. Ví dụ: Khi trẻ bị trượt ngã đau trên sàn nhà, cha mẹ có thể cùng trao đổi với con: "Con nghĩ xem, vì sao con bị ngã?", "Có cách nào để không bị ngã không nhỉ?"...

- Sống với thực tại và mỗi lần chỉ giải quyết một vấn đề. Nếu bạn nhắc lại tất cả những khuyết điểm/ hành vi sai của trẻ trong quá khứ mỗi khi bạn tức giận thì kết quả là con bạn sẽ không muốn nghe bất cứ điều gì bạn nói nữa và làm cho trẻ không tự tin.
 - Đừng giữ mãi quá khứ hay đừng để nó ảnh hưởng đến hiện tại. Sử dụng các từ như “luôn luôn” hay “không bao giờ” sẽ gây phản tác dụng đối với trẻ. Các câu nói như “Con lúc nào cũng cho tay vào mồm” hay “Con không bao giờ rửa tay bằng xà phòng trước khi ăn” sẽ chỉ làm củng cố thêm những hành vi tiêu cực của trẻ mà bạn đang cố gắng thay đổi. Khi trẻ nghe mãi một điều gì đó thì chúng sẽ bắt đầu tin và làm theo điều đó.
 - Cần động viên trẻ vượt qua mọi điều làm cho trẻ sợ hãi, hãy nói với trẻ rằng bạn luôn ở bên cạnh để giúp đỡ trẻ. Không nên dọa trẻ những điều như: bác sĩ đến khám bệnh, công an đến bắt, hay dọa con ma đến bây giờ...
 - Những người đàn ông trong gia đình: ông, bố, chú, bác, anh em trai... cần dành thời gian chơi và tham gia chăm sóc trẻ. Những trẻ như vậy sẽ tự tin hơn.
 - Đối với trẻ khuyết tật, hãy tin tưởng ở trẻ và giúp trẻ tự tin, tự lập với những điều trẻ có thể làm.
 - Người lớn luôn luôn gương mẫu trong việc chăm sóc, giao tiếp, ứng xử với mọi người xung quanh để trẻ thấy tự tin, tự hào với bản thân mình (bất kể dân tộc nào, người ở thành phố hay nông thôn...).
- Đôi khi hãy bảo trẻ "dạy lại" cho bạn một hoạt động nào đó mà trẻ đã biết – chẳng hạn như: cách rửa tay, cách mặc áo, bóc quả chuối... Hãy nói với trẻ rằng bạn đã quên mất cách làm và bạn cần trẻ hướng dẫn lại cho bạn những cách làm đó – Hãy quan sát xem trẻ tự tin, tự lập như thế nào khi trẻ "dạy" bạn những điều đó.

2.6. Chuẩn bị cho trẻ vào lớp 1

- Vào lớp 1 là bước ngoặt lớn trong cuộc đời.
- Điều cần bản không phải là cho bé học trước cả một chương trình lớp một như xu hướng của một số cha mẹ như hiện nay mà theo các nhà nghiên cứu giáo dục, trước khi vào lớp một bé phải có trong mình một số "hành trang" cần bản.

– Có hai mặt cần quan tâm. Đó là: (1) Chuẩn bị toàn diện để có thể học tốt lâu dài chứ không chỉ lớp 1 và (2) chuẩn bị các kĩ năng chuyên biệt để tiếp cận với chương trình tiểu học dễ dàng hơn.

– Ép buộc trẻ phải đạt thành quả cao trong học tập quá sớm sẽ làm ảnh hưởng không tốt tới khả năng và lòng ham học của trẻ. Thúc ép trẻ học trước chương trình lớp 1 không làm cho trẻ học nhanh hơn hoặc tốt hơn.

Cụ thể các bậc cha mẹ cần phải làm gì để chuẩn bị cho con mình trước khi vào lớp 1?

(1) Chuẩn bị toàn diện cho trẻ có thể học tốt lâu dài chứ không chỉ lớp 1

- Nuôi dưỡng đầy đủ, hợp vệ sinh để trẻ có cơ thể khoẻ mạnh, rắn chắc.
- Hướng dẫn trẻ cách quan sát sự vật và hiện tượng xung quanh, tạo điều kiện cho trẻ được tưởng tượng và suy nghĩ như: chơi các trò chơi bé em, cho em ăn, bán hàng, làm bác sĩ...
- Cho trẻ chơi các đồ chơi tháo lắp, ghép tranh, ghép hình, xé dán, tô màu, đan lá, xếp lá... để giúp trẻ phát triển vận động khéo léo của đôi bàn tay.
- Dạy trẻ biết so sánh, nhận xét to – nhỏ, dài – ngắn, nhiều – ít, cao – thấp, trước – sau, trên – dưới, trong – ngoài.
- Tập cho trẻ nói và trả lời các câu hỏi một cách mạch lạc, rõ ý, đủ câu. Người lớn kể chuyện, đọc thơ, hát cho trẻ nghe, tập cho trẻ ghi nhớ các bài hát, câu thơ, câu chuyện để trẻ kể lại hoặc đọc lại.
- Dạy trẻ nhận biết và nói đúng các chữ cái, chữ số và đếm từ 1 đến 10.
- Biết giữ gìn vệ sinh vệ sinh cá nhân: quần áo, mặt, chân tay sạch sẽ. Mạnh dạn giao tiếp, chơi, trò chuyện với bạn cùng tuổi và mọi người xung quanh.
- Dạy trẻ lễ phép với người lớn, biết giúp đỡ nhường nhịn em nhỏ, quan tâm người già.

(2) Chuẩn bị các kĩ năng chuyên biệt để tiếp cận với chương trình tiểu học dễ dàng hơn.

Là chuẩn bị cụ thể cho việc: (1) Học đọc – viết, (2) Làm quen trước với trường tiểu học.

Chuẩn bị học đọc, học viết.

Chuẩn bị cho học đọc

- Nhận biết mối quan hệ giữa lời nói và chữ viết.

- Nhận biết các chữ cái trong từ có ý nghĩa.
- Thích đọc sách và biết sử dụng sách, hình thức in một cuốn sách... “Tập đọc” qua tranh vẽ, đoán chữ (đọc theo trí nhớ).
- Đọc các chữ gần gũi, liên quan đến cuộc sống hàng ngày: tên mình và các bạn, đồ vật (hoặc nhóm đồ vật).
- Phân biệt các dạng chữ viết: viết thường, in thường, viết hoa, in hoa.
- Biết hướng đọc viết: từ trái sang phải, từ trên xuống dưới, mỗi chữ đọc một tiếng.

Chuẩn bị cho học viết

- Giả vờ viết (thiệp chúc mừng, hoá đơn bán hàng, tiền...).
- Viết chữ cái trong từ có nghĩa.
- Viết chữ gần gũi (tên mình, bạn, các đồ vật...).
- Sao chép chữ.

Làm quen với trường tiểu học

- Giới thiệu về trường tiểu học: cho trẻ được tham quan trường tiểu học, nhận xét, mô tả: sân trường, cổng trường, cột cờ, vườn hoa...; trong lớp có bảng đen, bàn ghế, tranh ảnh... Giới thiệu với trẻ một số hoạt động của các anh chị học sinh, thầy cô giáo ở trường tiểu học: chào cờ sáng thứ 2, xếp hàng thứ tự vào lớp; nói về một số điều trẻ sẽ được học trong trường tiểu học: kể chuyện, học đọc, viết, làm toán, học hát, tập thể dục...
- Tập cho trẻ làm quen và biết cách sử dụng các đồ dùng, dụng cụ học tập: cặp đựng sách, vở; bút chì, bút màu, phấn viết lên bảng, thước kẻ...

2.7. Giới thiệu với cha mẹ về Chuẩn phát triển của trẻ 5 tuổi ở Việt Nam (Thông tư số 23/2010/TT-BGD&ĐT ban hành ngày 22-07-2010 quy định về Bộ chuẩn phát triển trẻ em năm tuổi do Bộ GD&ĐT ban hành)

Mục đích sử dụng Chuẩn

- Để cha mẹ biết được khả năng của trẻ và cùng phối hợp với nhà trường để giúp phát triển tối đa tiềm năng của mỗi trẻ.
- Sự tham gia của gia đình là yếu tố quan trọng trong việc thực hiện Chuẩn.

Lưu ý khi sử dụng Chuẩn

- Chuẩn giúp cha mẹ thiết kế các hoạt động giáo dục trong gia đình, nhằm tạo cơ hội cho trẻ phát triển tốt nhất. Không sử dụng Chuẩn như một công cụ chỉ dùng để đánh giá phân loại trẻ.
- Cha mẹ cần hiểu rằng: Tất cả trẻ em đều có tiềm năng và khả năng phát triển. Mỗi trẻ là một con người độc lập, phát triển theo các quy luật đặc trưng của độ tuổi và có tốc độ, trình độ phát triển riêng mang tính cá nhân.

Nội dung của Chuẩn

Chuẩn phát triển của trẻ 5 tuổi bao gồm 4 lĩnh vực: phát triển thể chất, phát triển tình cảm và quan hệ xã hội, phát triển ngôn ngữ và giao tiếp và phát triển nhận thức.

- *Lĩnh vực phát triển thể chất:* bao gồm phát triển vận động, sức khoẻ thể chất và các kiến thức, kĩ năng về chăm sóc sức khoẻ, vệ sinh, dinh dưỡng, an toàn của trẻ.
- *Lĩnh vực phát triển tình cảm và quan hệ xã hội:* bao gồm năng lực bộc lộ cảm xúc, tình cảm của bản thân và với những người sống xung quanh, khả năng hình thành những mối quan hệ tích cực có ý nghĩa của trẻ với con người và môi trường sống gần gũi.
- *Lĩnh vực phát triển ngôn ngữ và giao tiếp:* là sự hiểu biết và khả năng sử dụng ngôn ngữ, khả năng giao tiếp hiệu quả cũng như những kĩ năng làm quen với việc đọc, viết của trẻ.
- *Lĩnh vực phát triển nhận thức:* bao gồm hiểu biết của trẻ về môi trường tự nhiên, môi trường xã hội gần gũi xung quanh, về các kiến thức toán học cũng như sự cảm nhận, hiểu biết về nghệ thuật. Bên cạnh đó lĩnh vực 4 còn đề cập đến khả năng suy luận và sáng tạo giúp trẻ tham gia vào hoạt động học tập có hiệu quả.

Nội dung 5

PHƯƠNG PHÁP, HÌNH THỨC TƯ VẤN VỀ CHĂM SÓC, GIÁO DỤC TRẺ 3 – 6 TUỔI (1 tiết)

Hoạt động: Nghiên cứu phương pháp, hình thức tư vấn về chăm sóc giáo dục trẻ 3 – 6 tuổi cho các bậc cha mẹ

Các hình thức và phương pháp tư vấn cho các bậc cha mẹ được viết cụ thể tại module MN 10, bạn hãy tìm đọc để vận dụng vào việc tư vấn chăm sóc, giáo dục trẻ cho các bậc cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi.

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Tùy theo điều kiện thực tế mà giáo viên lựa chọn hình thức tư vấn cho phù hợp, trong thực tế hình thức tư vấn theo nhóm thường được dùng nhiều hơn cả, vì hình thức này có nhiều ưu thế hơn (giáo viên đỡ mất thời gian, có nhiều ý kiến tranh luận đưa lại hiệu quả tốt, Cha mẹ có thể học tập kinh nghiệm lẫn nhau..). Tư vấn viên cần chú ý lựa chọn những hình thức, phương pháp tư vấn phù hợp nhằm giúp các cha mẹ có con từ 3 – 6 tuổi có phương pháp đúng trong cách chăm sóc, giáo dục trẻ từ 3 – 6 tuổi nhằm phát huy khả năng sẵn có của trẻ để giúp trẻ tự lập, tự tin hơn trong cuộc sống. Trẻ có khả năng làm được nhiều việc, vì vậy trong quá trình tư vấn cho cha mẹ, cần chú ý để cha mẹ thu hút sự tham gia của trẻ càng nhiều càng tốt, cha mẹ không làm thay trẻ, cha mẹ phải là người đóng vai trò chỉ dẫn cho trẻ tự làm.

Nội dung 6

THỰC HÀNH TƯ VẤN CHO CÁC BẬC CHA MẸ CÓ CON TỪ 3 – 6 TUỔI (5 tiết)

Hoạt động 1: Nghiên cứu tiến trình cuộc tư vấn theo nhóm cho cha mẹ. Sau đó hãy tự tìm ra phương pháp và sự chuẩn bị cũng như hiệu quả của buổi tư vấn đó

THÔNG TIN PHẢN HỒI

Chủ đề buổi tư vấn: Trẻ học hỏi và phát triển tốt nhất thông qua vui chơi.

Mục đích của buổi tư vấn

- Giúp cha mẹ trẻ biết cách hỗ trợ trẻ học và phát triển thông qua vui chơi.

- Giúp cha mẹ trẻ biết sử dụng chính các bộ phận của cơ thể mình làm đồ chơi và trò chơi để giúp trẻ phát triển một cách toàn diện.

Chuẩn bị

- Tờ tranh “Bé sẽ tự tin và tò mò hơn qua các trò chơi” (các trò chơi của bố mẹ với con: bé trai, bé gái đang nhảy lò cò, bố làm ngựa cho con cưỡi...).

Nội dung

Trẻ học bằng chơi – Trẻ chơi mà học. Những hoạt động vui chơi giúp trẻ học nhiều điều và phát triển.

Cách tiến hành

Hoạt động 1: Chào hỏi – Giới thiệu

Chào hỏi các thành viên tham dự buổi tư vấn. Tư vấn viên đề nghị mọi người nhớ lại và cử một người nhắc lại nội dung buổi tư vấn lần trước, sau đó tư vấn viên tóm tắt: Lần trước chúng ta đã thảo luận về vấn đề bình đẳng và hoà nhập đối với trẻ nhỏ và nhấn mạnh rằng: bất kì trẻ trai hay gái, dân tộc ít hay nhiều người, bình thường hay khuyết tật đều có ý nghĩa đối với gia đình và xã hội, đều được đối xử bình đẳng, được tạo các cơ hội để phát triển như nhau.

Trong cuộc họp lần này chúng ta sẽ cùng thảo luận về những hoạt động giúp trẻ học tập và phát triển.

Tư vấn viên giới thiệu chủ đề và mục đích của buổi hôm nay.

Hoạt động 2: Thảo luận chung theo tranh “Bé tự tin và tò mò hơn qua các trò chơi” và giải thích tác hại của việc cho trẻ học sớm

Tư vấn viên chỉ vào bức tranh: “Bé tự tin và tò mò hơn qua các trò chơi” các em bé đang chơi và đặt câu hỏi:

Các em bé trong ảnh đang chơi trò gì?

Khi chơi như vậy, các em học hỏi được điều gì?

Sau khi nghe ý kiến của một số người, tư vấn viên giải thích rằng trẻ nhỏ học tập và phát triển tốt nhất thông qua vui chơi. Trong quá trình chơi, trẻ học hỏi được nhiều thứ và trẻ sẽ nhớ những kiến thức lâu hơn là khi trẻ bị gò ép học. Tư vấn viên có thể chỉ bức ảnh các bé trai, bé gái đang nhảy lò cò và giải thích, khi chơi như vậy, trẻ học cách giữ thăng bằng, biết tôn trọng luật lệ, biết thứ tự trước sau và biết điều khiển động tác của mình thành thạo hơn.

Tư vấn viên đưa ra thông điệp: Trẻ học tốt nhất thông qua vui chơi. Ép buộc trẻ phải đạt thành quả cao trong học tập quá sớm sẽ làm ảnh

hướng không tốt tới khả năng và lòng ham học ở trẻ. Điều này không giúp trẻ học nhanh hơn hoặc tốt hơn.

Tư vấn viên có thể giải thích rằng khi bị ép buộc học tập quá sớm, trẻ sẽ thấy căng thẳng, không có những niềm vui và không thấy thú vị khi học tập, từ đó không chủ động học hỏi. Khi trẻ không muốn học thì trẻ sẽ không thể đạt kết quả cao được.

Hoạt động 3: Liệt kê, ghi lại những đồ chơi tốt nhất cho trẻ nhỏ và xem hình ảnh “Bố làm ngựa cho con cưỡi”

Tư vấn viên đề nghị mọi người kể ra những đồ chơi tốt nhất cho trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ, đồng thời ghi tất cả các câu trả lời lên bảng. Những người tham dự buổi tư vấn có thể nói những đồ chơi đất nặn, bằng nhựa, xếp hình... là những đồ chơi tốt nhất cho trẻ. Tư vấn viên tiếp tục đặt câu hỏi: Ngoài những đồ chơi vừa kể ra, cơ thể chúng ta có thể dùng làm đồ chơi cho trẻ được không? Hãy nêu ví dụ? Tư vấn viên ghi tất cả các ý kiến lên bảng, sau đó tư vấn viên treo ảnh “Bé sẽ tự tin và tò mò hơn qua các trò chơi” và nói với mọi người cùng xem hình ảnh “Bố làm ngựa cho con cưỡi”.

Hoạt động 4: Nêu tầm quan trọng của việc sử dụng các bộ phận cơ thể để chơi với trẻ

Tư vấn viên giải thích cho mọi người rằng ngoài những đồ chơi đã nêu thì đồ chơi tốt nhất cho trẻ chính là cơ thể của chúng ta: khuôn mặt, đôi bàn tay, giọng nói, tất cả các bộ phận trên cơ thể.

Khi bé được bồng và tiếp xúc da kề da với ba hoặc mẹ, không những thân nhiệt của bé được điều hoà mà bé còn cảm thấy an toàn và yên ổn, giúp bé có thể dành sức lực của mình để tò mò, khám phá thế giới xung quanh.

Giọng nói của chúng ta là một đồ chơi tuyệt vời và là công cụ để bé học hỏi. Các bài hát và chuyện kể cũng rất quan trọng đối với trẻ sơ sinh và trẻ thơ. Trẻ càng được chuyện trò và được người chăm sóc lắng nghe thì trẻ càng phát triển ngôn ngữ cũng như sẽ được chuẩn bị tốt hơn các điều kiện để đi học.

Cơ thể của cha mẹ trẻ có thể trở thành một dụng cụ để bé chơi và tập thể dục. Trong khi lớn lên, bé mạnh dạn vận động bằng nhiều cách. Cơ thể của bố mẹ có thể trở thành trò chơi để bé tập thể dục rất an toàn, ví dụ như: các trò chơi cưỡi ngựa, kéo cưa lừa xé, nu na nu nống, chổng nụ chổng hoa, đi máy bay...

Tư vấn viên nhấn mạnh là trẻ thơ cần nhiều đồ vật để chơi và vận động để phát triển các cơ bắp của mình. Đặc biệt, các trò chơi đơn giản, ngộ nghĩnh bằng cách sử dụng các bộ phận trên cơ thể trẻ và cơ thể chúng ta.

Hoạt động 5: Kể tên và thực hành theo nhóm một số trò chơi với các bộ phận cơ thể

Chia cha mẹ thành nhóm, yêu cầu mỗi nhóm kể ra 5 việc mà người lớn có thể làm với các bộ phận trên cơ thể mình để giúp trẻ chơi, phát triển, cảm nhận tình yêu thương cũng như khám phá và học hỏi. Yêu cầu mỗi nhóm trình diễn 1 trong 5 hoạt động đó.

Hoạt động 6: Kết luận buổi tư vấn

Tất cả cha mẹ / những người chăm sóc trẻ đều có thể có những hoạt động chăm sóc và nuôi dưỡng sự phát triển của trẻ cả về thể chất, trí tuệ và tâm hồn mà không tốn kém hoặc ít tốn kém.

Câu hỏi

1. Hãy liệt kê các tranh ảnh cần chuẩn bị cho buổi tư vấn theo nhóm? Các tranh ảnh đó cần đáp ứng yêu cầu gì? Bằng cách nào để người tư vấn có thể có được các tranh ảnh đó?
2. Bạn có nhận xét gì về việc sử dụng các phương pháp của tư vấn viên qua buổi tư vấn này?
3. Bạn thấy buổi tư vấn này có sức thuyết phục không? Vì sao?

Hoạt động 2: Với tư cách là người mẹ/bố, bạn hãy nghiên cứu tiến trình các hoạt động của cô giáo hướng dẫn trẻ vệ sinh ăn uống. Sau đó nhận xét về tính hiệu quả của hoạt động này đối với sự phát triển của trẻ

Bạn hãy đọc kĩ các hoạt động của cô giáo "Hướng dẫn trẻ ăn thức ăn nấu chín". Hoạt động này diễn ra trong lớp mẫu giáo. Với tư cách là người mẹ có con học ở lớp mẫu giáo đến dự hoạt động này, bạn hãy cho ý kiến của mình sau khi đọc, bằng cách trả lời các câu hỏi.

Chủ đề tư vấn: HƯỚNG DẪN TRẺ ĂN THỨC ĂN NẤU CHÍN

Kiến thức

- Trẻ hiểu tại sao cần phải ăn thức ăn nấu chín.

Kĩ năng

- Biết một số thức ăn cần nấu chín mới được ăn và một số thức ăn khác không cần nấu chín cũng có thể ăn được.
- Nhận biết được một số hành vi ăn, uống hợp vệ sinh và không hợp vệ sinh.

Thái độ

- Từ chối thức ăn chưa được nấu chín.

Chuẩn bị

- Các bức tranh cho trẻ làm bài tập cá nhân hoặc theo nhóm.
- Nghĩ ra một câu chuyện có nội dung dạy trẻ phải ăn thức ăn nấu chín.
- Chuẩn bị một số câu hỏi để hỏi trẻ sau khi kể chuyện cho trẻ nghe.
- Bút chì màu hoặc sáp màu cho trẻ thực hiện bài tập.

Tiến trình

Hoạt động 1: Giúp trẻ biết có những loại thức ăn cần nấu chín hoặc những thức ăn không cần nấu chín cũng ăn được

- Trẻ trong lớp được chia làm 2 nhóm. Trên bàn mỗi trẻ (nhóm 1) có tranh vẽ các loại thức ăn có thể ăn ngay, có loại phải nấu. Yêu cầu trẻ lựa chọn và đánh dấu (V) vào thức phẩm có thể ăn ngay, đánh dấu (X) vào thực phẩm cần phải nấu chín mới ăn được. Nhóm 2: giáo viên yêu cầu trẻ bằng kinh nghiệm của mình hãy nêu các loại thức ăn có thể ăn ngay và những thức ăn cần phải nấu chín mới ăn được.
- Ghi chú: nếu có vật thật cho trẻ chọn lựa thức ăn cần phải nấu chín và không cần nấu chín thì càng tốt.

Sau khi các cháu đã thực hiện bài tập trên, giáo viên mời đại diện cho từng nhóm đứng lên nói cho cả lớp nghe, thức ăn nào cần nấu chín, thức ăn nào không cần nấu chín cũng ăn được. Nhóm này trình bày thì nhóm kia cần lắng nghe và có ý kiến bình luận về câu trả lời của nhóm bạn. Giáo viên ghi lên bảng. Sau đó giáo viên tổng hợp lại và khen ngợi nhiều trẻ có kinh nghiệm hay.

Giáo viên kết luận:

Thức ăn có nhiều loại, có loại không cần nấu cũng ăn được, nhưng có những loại cần nấu chín mới ăn được.

Hoạt động 2: Tìm hiểu tại sao phải ăn thức ăn nấu chín?

- Giáo viên tự nghĩ ra câu chuyện có nội dung nói về mối nguy hiểm của việc ăn thức ăn còn sống, chưa được nấu chín, kể cả trái cây, trứng, thịt, cá... và kể cho trẻ nghe.

Ví dụ: Giáo viên có thể kể cho trẻ nghe câu chuyện như sau:

Hai anh em Tâm và Hùng sống cùng với mẹ Vân trong một ngôi nhà nhỏ xinh xắn. Hằng ngày mẹ Vân thường chuẩn bị cơm với nhiều món ngon như: thịt rim, canh cua, giá đỗ xào cho hai anh em Hùng ăn. Hùng rất yêu mẹ, mỗi lần đi học ở lớp mẫu giáo về là Hùng sà vào lòng mẹ, ôm hôn mẹ thắm thiết.

Thế nhưng, hôm nay mẹ Vân bận đi thăm bà ngoại ốm nên về nhà muộn. Đói bụng còn cào mà không có gì để ăn, Hùng nhìn thấy quả cà tím ngon lành trên bàn, Hùng cầm lên ăn ngấu nghiến mà anh Tâm mãi học bài nên chẳng biết. Trời chập choạng tối mẹ Vân mới về tới nhà, thấy Hùng nằm khóc thút thít. Thì ra Hùng đang bị đau bụng và buồn nôn. Thấy thế mẹ vội đưa Hùng tới trạm y tế xã cấp cứu.

Bác sĩ khám bệnh và cho Hùng uống thuốc và ân cần hỏi Hùng: Cháu có biết vì sao cháu bị nôn và đau bụng không? Hùng xấu hổ núp vào người mẹ. Bác sĩ bảo: Cháu bị ngộ độc thức ăn, quả cà tím phải nấu chín mới ăn được, vì ăn thức ăn chưa được nấu chín nên cháu bị đau bụng và nôn đấy. Bác sĩ dặn dò Hùng: Phải ăn thức ăn đã nấu chín. Hùng trả lời lí nhí tỏ vẻ hối hận: “Vâng ạ”. Sau đó mẹ Vân và Hùng cảm ơn bác sĩ và ra về.

- Sau khi đọc xong câu chuyện, giáo viên đàm thoại với trẻ về nội dung câu chuyện theo các câu hỏi như sau:

Bạn Hùng sống cùng ai? (cùng với mẹ Vân và anh Tâm). Thường ngày bạn Hùng được ăn những món gì? (*thịt rim, canh cua, giá đỗ xào*). Hôm nay đi học về, đói bụng bạn Hùng đã ăn quả gì? (quả cà tím). Bác sĩ bảo vì sao bạn Hùng bị đau bụng và nôn? (ăn thức ăn chưa được nấu chín).

- Kết luận: Phải ăn thức ăn đã được nấu chín.

Hoạt động 3: Cố gắng cho trẻ hiểu biết phải ăn thức ăn đã được nấu chín

- Trẻ được ngồi theo nhóm 4- 5 trẻ. Phát cho mỗi trẻ bộ tranh gồm 3 tranh rời: 1 tranh bé đang nhặt rau và rửa rau, 1 tranh nồi đang đun trên bếp, 1 tranh bé đang ăn.

- Nhiệm vụ của từng nhóm: quan sát kĩ 3 tranh nhỏ rời lẻ và sắp xếp chúng theo một trình tự lô gích hợp lí. Giải thích tại sao lại xếp như thế?

Giáo viên kết luận: Phải ăn thức ăn đã được nấu chín.

Hoạt động 4: Củng cố cho trẻ hiểu biết ăn sạch, uống sạch

- Mỗi trẻ một tờ tranh, trên đó có nhiều hành vi đúng – sai về vệ sinh ăn uống.
- Nhiệm vụ của mỗi trẻ: quan sát kĩ từng bức tranh và thực hiện:
 - + Tô màu xanh cho các bạn đang ăn, uống hợp vệ sinh.
 - + Gạch chéo (x) cho các bạn đang ăn, uống không hợp vệ sinh.
 - + Đếm xem có mấy bạn ăn uống hợp vệ sinh?
- Sau khi trẻ thực hiện xong bài tập, giáo viên hỏi để trẻ kể ra những hành vi ăn, uống hợp vệ sinh là gì? Không hợp vệ sinh là gì?

Giáo viên nhắc lại cho trẻ nhớ: Trước khi ăn quả phải rửa sạch, rửa sạch tay. Phải uống nước đã được đun sôi, ăn thức ăn đã được nấu chín.

Hoạt động 5: Toạ đàm về việc đựng com sạch mang đến lớp

(Hoạt động này có thể được tổ chức nếu trẻ thường đưa com từ nhà đến lớp).

Có thể toạ đàm với trẻ một số câu như: Các con thường đựng com và thức ăn vào đâu để mang đến lớp? Thức ăn của các con có những gì? Các con ăn com bằng thìa hay đũa? Ai thường nấu com cho con mang đến lớp? Ai thường rửa cặp lồng cho các con? Đi dọc đường có nên mở cặp lồng com ra không? Vì sao? Trước khi mở cặp lồng com ra ăn, các con phải làm gì?

Câu hỏi

1. Bạn thấy mục đích của buổi tư vấn có đạt được không? Vì sao?
2. Các hoạt động cô giáo tổ chức cho trẻ thực hiện có phù hợp với độ tuổi không? Vì sao?
3. Nội dung cô giáo hướng dẫn có mang tính thực tế không? Có dễ hiểu đối với trẻ không?
4. Hãy nêu các phương pháp mà cô giáo đã dùng trong hoạt động này? Có phù hợp không?

Hoạt động 3: Nghiên cứu tiến trình hoạt động của buổi tư vấn. Sau đó nhận xét về mục đích, nội dung thông tin, phương pháp của buổi tư vấn

Bạn hãy nghiên cứu kĩ tiến trình của hoạt động tư vấn sau và trả lời các câu hỏi:

1. Mục đích của buổi tư vấn là gì?
2. Cần chuẩn bị những gì cho buổi tư vấn?
3. Nội dung thông tin của buổi tư vấn là gì?
4. Phương pháp tư vấn viên đã sử dụng là gì?
5. Bạn có đề xuất điều gì để buổi tư vấn đạt hiệu quả hơn?

Chủ đề tư vấn: TÍNH TÒ MÒ, HAM TÌM HIỂU VÀ SỰ PHÁT TRIỂN TOÀN DIỆN CỦA TRẺ

Tiến trình

Hoạt động 1: *Chào hỏi – Giới thiệu*

Tư vấn viên đề nghị mọi người tự giới thiệu về mình. Tư vấn viên đưa ra những câu hỏi gợi ý giúp mọi người có thể nhớ lại nội dung của buổi tư vấn lần trước: *Anh/chị hãy kể lại một việc mà mình đã làm có tác dụng nuôi dưỡng tính tự tin cho con của mình*

Sau một vài ý kiến phát biểu, tư vấn viên kết luận:

Tính tự tin không tự nhiên mà có, nó cần được xây dựng, khuyến khích, tạo điều kiện phát triển thông qua các hoạt động phù hợp với khả năng của chính đứa trẻ.

Hôm nay chúng ta cùng nhau trao đổi một chủ đề mới: Tính hiếu kì, ham hiểu biết và sự phát triển toàn diện của trẻ. Chủ đề này sẽ giúp cho mọi người hiểu rằng ai cũng có thể giúp con cháu mình phát triển toàn diện hơn khi tạo điều kiện cho chúng phát huy tính hiếu kì, khám phá thế giới xung quanh.

Hoạt động 2: *Tìm hiểu về tính tò mò, ham tìm hiểu*

Tư vấn viên nêu câu hỏi để mọi người cùng suy nghĩ:

Câu hỏi 1: Thế nào là một em bé tò mò, ham tìm hiểu?

Câu trả lời mong đợi: là những em bé thích tìm tòi, thích dò hỏi mọi điều để hiểu biết.

Câu hỏi 2: Em bé tò mò có tốt không? Tại sao như vậy?

Câu trả lời mong đợi: Đối với trẻ nhỏ, tính hiếu kì, ham tìm hiểu là rất tốt, nó giúp trẻ học hỏi được nhiều điều, giúp phát triển nhận thức, tự tin và học tập tốt hơn.

Lưu ý:

Mọi người có thể hiểu tính tò mò theo nghĩa không tốt (xoi mói, hay dòm ngó việc của người khác), vì vậy họ có thể trả lời hiếu kì là không tốt. Tư vấn viên cần hướng họ trả lời theo câu trả lời mong đợi bằng cách đưa thêm các câu hỏi gợi ý để giúp họ hiểu theo nghĩa tốt như: Một đứa trẻ hay hỏi về mọi điều xung quanh để biết thì có tốt không? Một đứa trẻ luôn tìm tòi những cái mới để học hỏi, để làm theo thì có tốt không?

Tư vấn viên viết các ý kiến phát biểu lên bảng rồi nhấn mạnh những điểm sau:

Tò mò/ hiếu kì là cơ sở của việc học hỏi. Một đứa trẻ hiếu kì luôn luôn tìm tòi những cái mới để học hỏi, những việc mới để làm, những tình huống mới để giải quyết. Những trẻ hiếu kì thường sẽ mạnh dạn hơn trong giao tiếp xã hội cũng như ổn định về tình cảm. Và các em bé đó sẽ luôn tìm cách học hỏi suốt đời, không chỉ học ở trường mà còn giúp cho suy nghĩ của em sâu sắc hơn trong cuộc sống sau này.

Sự hiếu kì của trẻ cũng như mong muốn học hỏi và khám phá bắt đầu ngay từ khi bé ra đời. Trẻ nhìn vào mắt người thân, nhìn ánh đèn, thích nhìn các đồ vật có màu sắc sặc sỡ, chú ý đến tiếng động...

Trẻ càng được nuôi dưỡng tốt về thể chất và nhận thức thì càng phát triển tính hiếu kì.

Người lớn cần động viên để trẻ hiếu kì và khám phá, động viên trẻ đặt câu hỏi và trả lời các câu hỏi của trẻ.

Trẻ hiếu kì sẽ trở nên tự tin hơn, học tập tốt hơn. Chúng ta cần khuyến khích tính hiếu kì của tất cả các em, gái cũng như trai, trẻ bình thường hay trẻ khuyết tật. Tính hiếu kì của trẻ góp phần giúp trẻ phát triển toàn diện.

Hoạt động 3: *Chia sẻ kinh nghiệm thực tế*

Câu hỏi để mọi người cùng chia sẻ:

Con/cháu của anh/chị có phải là một đứa bé hiếu kì, ham tìm hiểu không? Hãy kể một vài hành động, lời nói của bé thể hiện điều đó?

Hoạt động 4: Thảo luận về cuốn truyện tranh: “Bé Tý tò mò”

Tư vấn viên chia những người tham dự thành 2 nhóm. Phát cho mỗi nhóm một cuốn truyện tranh “Bé Tý tò mò” và đề nghị những người biết chữ đọc to từng trang trong cuốn truyện cho nhóm mình nghe rồi thảo luận theo từng trang sách:

Bé Tý đang làm gì? Bé học được điều gì khi làm như vậy?

Cha, mẹ, ông, bà và chị của bé Tý làm gì để giúp em ham thích tìm hiểu thế giới xung quanh hơn?

Sau khi các nhóm trình bày kết quả, tư vấn viên bổ sung thêm các gợi ý về cách giúp bé trở nên thích hiểu kỳ, khám phá hơn:

Khi chuyện trò với bé, người chăm sóc trẻ cần tạo ra những vẻ mặt khác nhau để bé bắt chước.

Chúng ta có thể chơi các trò chơi khác nhau cùng với bé.

Tất cả mọi người trong gia đình, cả nam giới và phụ nữ, cần dành thời gian chơi cùng với trẻ để giúp đỡ trẻ phát triển hài hoà về thể chất, tinh thần, tình cảm và giao tiếp xã hội.

Khi làm các công việc nhà hoặc làm việc trong vườn có thể cho bé quan sát và “tham gia” cùng để bé tiếp xúc với các sự vật, hiện tượng xung quanh nhưng phải đảm bảo an toàn.

Đặt câu hỏi mở cho bé, ví dụ “Con muốn làm việc này như thế nào? Con cảm thấy thế nào? Tại sao lại thế?...”

Luôn luôn cố gắng để bé chủ động khám phá, tìm hiểu xem bé quan tâm đến những điều gì, bé thích nhìn gì, thích nghe gì, thích chơi với hoặc thích nói chuyện về chủ đề gì.

Cuối cùng tư vấn viên đọc thông điệp: Cách tốt nhất để bạn có thể làm để khuyến khích tính tò mò của bé là chính bạn cũng trở nên tò mò. Con bạn sẽ muốn bắt chước bạn ngay.

Hoạt động 4: Căn cứ vào mục đích và các nội dung cần chuyển tới cha mẹ được đưa ra dưới đây, bạn hãy hình dung và viết ra tiến trình một buổi tư vấn cho cha mẹ với chủ đề: “Giúp trẻ 3 – 6 tuổi phát triển tính tự tin”

THÔNG TIN PHẢN HỒI

1. Mục đích của buổi tư vấn

Giúp cha mẹ / người chăm sóc trẻ hiểu được tầm quan trọng của tính tự tin cũng như cách xây dựng lòng tự tin ở trẻ.

2. Nội dung

- Biểu hiện của tính tự tin ở trẻ.
- Lợi ích của tính tự tin đối với sự phát triển toàn diện của trẻ.
- Cách nuôi dưỡng tính tự tin ở trẻ nhỏ.

Nội dung 7

XÂY DỰNG TÀI LIỆU, SẢN PHẨM TƯ VẤN VỀ CHĂM SÓC, GIÁO DỤC TRẺ 3 – 6 TUỔI (1 tiết)

Hoạt động: Nêu yêu cầu vẽ tranh và nghĩ ra chuyện để giáo dục trẻ

- Bạn hãy:
- + Nêu yêu cầu vẽ các bức tranh để tư vấn cho cha mẹ về nội dung: Hình thành tính ham hiểu biết cho trẻ.
- + Tự nghĩ ra một câu chuyện dùng để phát triển ngôn ngữ cho trẻ 3– 6 tuổi.

Để thực hiện được nhiệm vụ này, bạn hãy tham khảo phần này ở module MN 10. Ngoài những nội dung cơ bản đã nêu ở module MN 10, khi xây tài liệu, sản phẩm tư vấn về chăm sóc, giáo dục trẻ 3 – 6 tuổi, xin lưu ý bạn một số điểm cần chú ý:

Hình vẽ trong tranh, trong ảnh chụp; các hoạt động chăm sóc giáo dục trẻ cần chú trọng sự tham gia tích cực của trẻ. Điều đó có nghĩa trẻ tham gia tích cực trong quá trình bạn chăm sóc, giáo dục trẻ. Như vậy các tài liệu sẽ có ý nghĩa, tác động mạnh đến tính chủ động của trẻ trong cuộc sống hằng ngày. Bố mẹ sẽ chú trọng thu hút sự tham gia tích cực của trẻ trong quá trình họ chăm sóc, giáo dục con.



D. KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ

1. Trẻ 3 – 6 tuổi có những đặc điểm phát triển nổi bật nào cha mẹ cần quan tâm?
2. Trẻ 3 – 4 tuổi có khả năng như thế nào? Cha mẹ có thể làm gì để giúp trẻ phát triển tốt? Lấy ví dụ.
3. Trẻ 5 tuổi có khả năng như thế nào? Cha mẹ có thể làm gì để giúp trẻ phát triển tốt? Lấy ví dụ.
4. Cha mẹ cần theo dõi sát sự phát triển của trẻ để làm gì? Lấy ví dụ.
5. Mục tiêu tư vấn chăm sóc, giáo dục trẻ cho các bậc cha mẹ có con trẻ 3 – 6 tuổi là gì?
6. Các kiến thức và kĩ năng về dinh dưỡng cần tư vấn cho cha mẹ có con 3 – 6 tuổi?
7. Hãy kể một số thói quen tốt ở trẻ cha mẹ cần hình thành.
8. Hãy kể một số tai nạn thường gặp ở trẻ 3 – 6 tuổi cha mẹ cần biết.
9. Bạn hướng dẫn cha mẹ chơi với trẻ bằng những đồ chơi như thế nào?
10. Những việc cha mẹ có thể làm để phát triển tính tự tin, tự lập của trẻ là gì?
11. Cha mẹ cần làm gì để giúp trẻ phát triển trí tò mò và sự sáng tạo?
12. Cách cha mẹ đọc sách cho trẻ nghe?
13. Cách cha mẹ trò chuyện với trẻ như thế nào?
14. Hãy nêu nội dung cơ bản cần tư vấn cho cha mẹ trong việc chuẩn bị cho trẻ vào học lớp 1.
15. Mục đích của việc giới thiệu Chuẩn phát triển của trẻ 5 tuổi cho cha mẹ là gì?



E. PHỤ LỤC

TRẺ CẦN ĐƯỢC YÊU THƯƠNG, YÊN ỔN VÀ AN TOÀN

Vì sao trẻ cần được yêu thương và hạnh phúc, yên ổn và an toàn?

Đối với trẻ nhỏ, được yêu thương, sự yên ổn và an toàn là nhu cầu thiết yếu cần được đảm bảo để giúp trẻ phát triển tốt cả về thể chất lẫn tinh thần. Sống trong bầu không khí gia đình vui vẻ, hoà thuận, được mọi người yêu thương, quan tâm, nâng niu, che chở, sẽ tạo cho trẻ một cảm

giác an toàn về tinh thần, trẻ sẽ cảm thấy vui tươi, hạnh phúc, tự tin hơn. Đó là điều kiện ảnh hưởng rất lớn đến sự phát triển của trẻ mà các bậc làm cha, làm mẹ không nên xem thường.

Những điều gì làm cho trẻ sợ hãi?

- Đó là sự căng thẳng hay sự xích mích, xô xát nhau giữa những người thân trong gia đình hoặc giữa những người trong gia đình với hàng xóm.
- Đó là những lời dọa: khi con nhỏ không làm đúng ý của người lớn, lúc trẻ phải ở lại một mình trong bóng tối hoặc trong một khung cảnh quá rộng rãi và tĩnh mịch hoặc xa lạ đối với trẻ... Trẻ thường khóc, kêu thét lên, ném các thứ lung tung, nét mặt trông hốt hoảng, tái nhợt...

Khi thấy trẻ tỏ ra sợ hãi, cha mẹ và người thân trong gia đình nên làm gì?

- Ôm trẻ vào lòng hoặc nắm tay trẻ, dịu dàng vỗ về trẻ.
- Nói chuyện hoặc hát cho trẻ nghe.
- Chơi với trẻ, hướng trẻ tập trung vào hoạt động khác, tạo sự thích thú cho trẻ.
- Những điều cần làm để tránh cho trẻ cảm giác sợ hãi và tạo ra sự vui vẻ an toàn và cảm giác hạnh phúc và được yêu thương cho trẻ?
- Hàng ngày hãy nựng bé, ôm bé, vuốt ve bé và thơm bé.
- Nói với bé là mọi người yêu quý bé và bạn thật hạnh phúc vì có bé. Kể cho bé nghe các câu chuyện ngọt ngào về ngày bé ra đời, mọi người trong gia đình đã chờ đợi sự ra đời của bé như thế nào và sung sướng như thế nào khi lần đầu nhìn thấy bé.
- Chơi và đùa vui cùng với bé: hàng ngày trước khi đi ngủ vuốt ve bé, kể chuyện, đọc thơ cho bé nghe, cho bé được tiếp xúc với cỏ, cây, âm thanh của thiên nhiên quanh nhà.
- Không quát mắng hoặc đánh đập trẻ.
- Nhẹ nhàng nhưng nghiêm khắc giải thích cho trẻ khi trẻ có những hành động sai.
- Khi người lớn có điều gì tức giận, nên dùng lời nói nhẹ nhàng để biểu đạt, không nên to tiếng cãi nhau hoặc đánh nhau.
- Mọi người cần đối xử với nhau bình đẳng và tôn trọng nhau.
- Giải thích cho trẻ hiểu các trạng thái vui buồn của con người là điều tự nhiên.

- Đối với trẻ bé, khi người lớn làm một việc gì đó, hãy đưa tay ra vuốt nhẹ vào người trẻ, gọi tên trẻ và nói âu yếm “Con yên tâm, mẹ ngồi cạnh con đây mà, mẹ của con đây”.
- Điều quan trọng cho trẻ là được nhìn, được bắt chước cách mọi người ứng xử tốt với nhau và tôn trọng nhau.
- Mỗi gia đình nên xây dựng cho mình nền nếp sinh hoạt hàng ngày ổn định như ăn, ngủ, tắm rửa hàng ngày được lặp đi lặp lại nhiều lần sẽ giúp con của bạn lớn nhanh và ngoan.
- Tuy nhiên, rất cần dạy cho trẻ biết sợ những điều nguy hiểm để phòng tránh các tai nạn dễ gặp như: bóng, hóc sặc, khi cho vật nhỏ vào miệng, đứt tay khi dùng dao, chạy ra đường để bị xe cộ gây tai nạn...
- Nếu có thể cho trẻ được nhìn thấy những điều sợ hãi tích cực như nhìn thấy nước sôi, lửa.

KHUYẾN KHÍCH TRÍ TUỞNG TƯỢNG CỦA TRẺ

- Tôn trọng và quan tâm tới ý nghĩ của trẻ.
- Tạo điều kiện cho trẻ chơi các trò chơi đóng vai để trẻ có thể tưởng tượng và diễn tả các hành động phù hợp với từng vai.
- Cho trẻ nghĩ và vẽ các con vật ở hành tinh khác.
- Biết dùng câu chuyện để trẻ có thể nghĩ ra các cách kết thúc khác nhau.
- Cho trẻ lắng nghe và phát hiện các âm thanh trong tự nhiên và tìm cách mô phỏng lại...

Chấp nhận sự khác nhau của mỗi trẻ:

- Sử dụng một số dạng câu hỏi để khuyến khích sự tò mò, tưởng tượng và sáng tạo của trẻ.
 - + Tại sao?
 - + Như thế nào?
 - + Còn cách nào khác không?
 - + Điều gì sẽ xảy ra nếu...?
- Động viên trẻ đặt các câu hỏi, diễn tả và chia sẻ ý tưởng của chúng mà không bị sợ hãi, chê cười.
- Khi khuyến khích tính tò mò, sáng tạo của trẻ cần đảm bảo môi trường an toàn để trẻ có thể tự thử làm mà không gây nguy hiểm cho trẻ.



F. TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Quốc hội nước CHXNCN Việt Nam, *Luật Giáo dục*, NXB Chính trị Quốc gia, Hà Nội, 2005.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo – UNESCO, *Tài liệu hướng dẫn các bậc cha mẹ chăm sóc, giáo dục trẻ em*. Dùng cho các Trung tâm học tập cộng đồng, 2006.
3. Bộ Giáo dục và Đào tạo, *Đề án phát triển giáo dục mầm non 2006 – 2015*.
4. Bộ Giáo dục và Đào tạo, *Chỉ thị về công tác tăng cường sự phối hợp giữa nhà trường, gia đình và xã hội trong công tác giáo dục trẻ em, học sinh, sinh viên*, 2008.
5. Bộ Giáo dục và Đào tạo, *Chương trình Giáo dục mầm non*, Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam, 2009.
6. Nguyễn Kỳ Anh và nhóm tác giả, *Chăm sóc và giáo dục trẻ dưới 6 tuổi*, Bộ Giáo dục và Đào tạo, 1989.
7. Lê Minh Hà, *Đề tài nghiên cứu khoa học cấp Bộ: “Nghiên cứu một số biện pháp phối hợp các lực lượng xã hội trong tuyên truyền phổ biến kiến thức chăm sóc – giáo dục trẻ dưới 6 tuổi cho các bậc cha mẹ vùng khó khăn”*, 2007.
8. Trần Thị Bích Trà, *Mối quan hệ giữa chất lượng giáo dục nhà trường và ở gia đình trong việc giáo dục trẻ mầm non*, Tạp chí Khoa học Giáo dục số 52, 2010.
9. Trần Thị Bích Trà, *Giáo dục trẻ em tuổi mầm non ở gia đình*, Tạp chí Giáo dục mầm non số 1/2010, 2010.
10. Lê Thị Ánh Tuyết, *Kinh nghiệm nâng cao chất lượng giáo dục mầm non ở Việt Nam*, Tạp chí Phát triển Giáo dục, 3/2004.
11. Nguyễn Ánh Tuyết, *Giáo dục mầm non – Những vấn đề lí luận và thực tiễn*, NXB Đại học Sư phạm, 2005.
12. UNFPA – UNICEF – SRVN, Bộ Giáo dục và Đào tạo, *Đề án giáo dục các bậc cha mẹ VIE/88/P08. Chăm sóc và giáo dục trẻ dưới 6 tuổi*, Tài liệu dùng cho các bậc cha mẹ.
13. Viện Dinh dưỡng Quốc gia – UNICEF, *Giúp các bà mẹ nâng cao hiểu biết chăm sóc dinh dưỡng trong gia đình*, 2000.

14. Quỹ cứu trợ trẻ em Mỹ, *Giáo trình Tập huấn cho cha mẹ*.
15. Tổ chức PLAN tại Việt Nam, *Phương pháp kĩ luật tích cực*, 2009.
16. GS.TS. Trần Thị Minh Đức, *Kĩ năng tham vấn cho người chưa thành niên vi phạm pháp luật*, 2010.
17. *Những điều cần biết để giáo dục giới tính cho con*, Save the children, NXB Lao động, 2004.
18. Ủy ban Bảo vệ chăm sóc trẻ em Việt Nam, UNICEF, *Tài liệu tập huấn lớp đào tạo giảng viên về công tác tham vấn*, Hà Nội, 2002.
19. *Tài liệu tập huấn giới và phòng, chống bạo lực gia đình*, Oxfam, 2004
20. *Cẩm nang dành cho những người bị bạo lực gia đình*.
21. *Nhận biết tâm lí trẻ em qua tranh vẽ*, Cục V26, Bộ Công an.
22. *Tổ chức tầm nhìn thế giới tại Việt Nam*, Dự án chăm sóc và phát triển trẻ em mầm non, 2003, *Tài liệu tập huấn người nuôi dạy trẻ*.
23. website: Family Education.com
24. website: lamchame.com
25. webtretho