Các Thẻ Sinh Hoạt

(Activity Cards)

Vietnamese

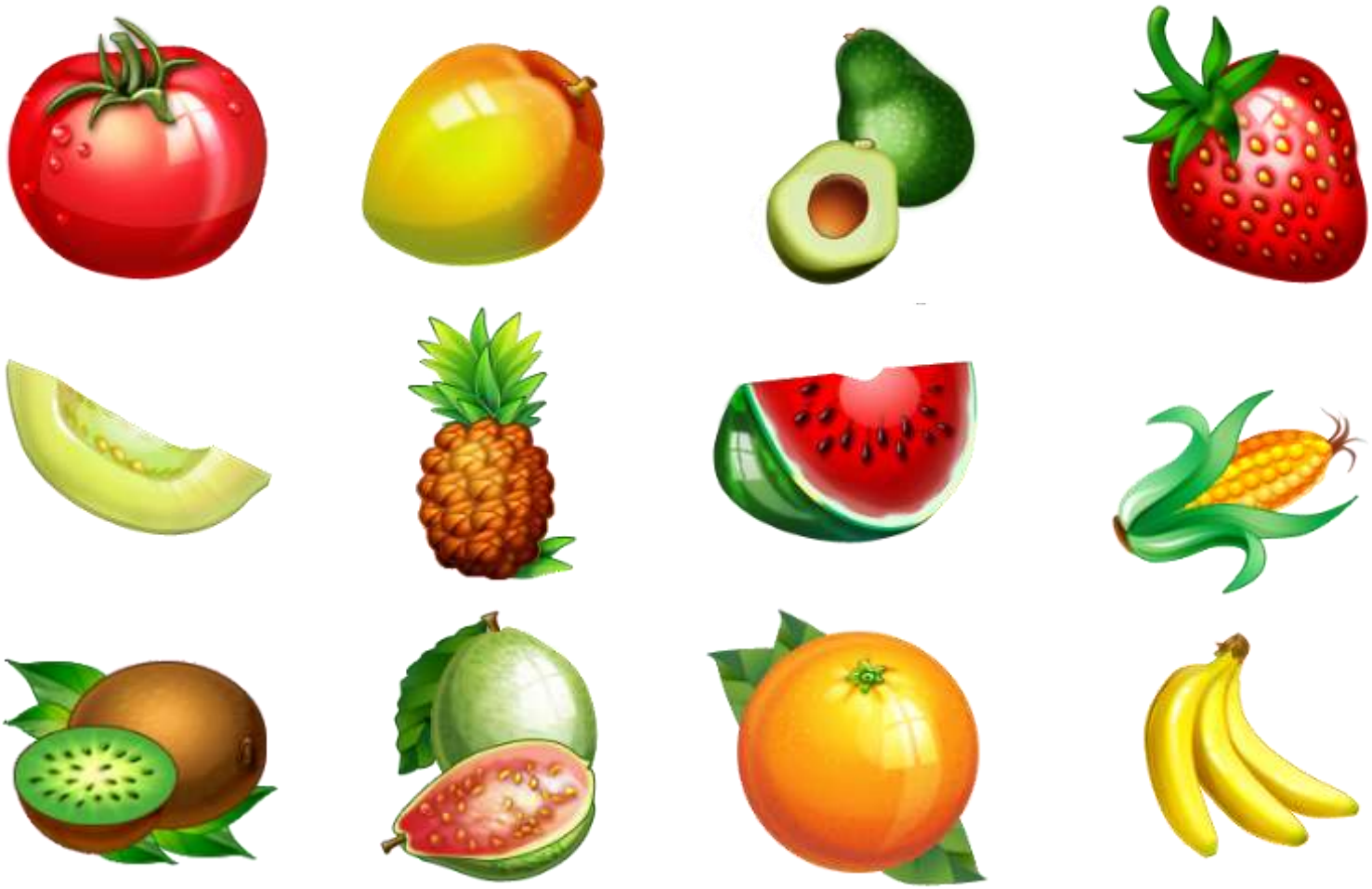
Những ý kiến hay cho người lớn và con trẻ cùng nhau chơi và học ở bất cứ nơi nào quý vị đến

Các Thẻ Sinh Hoạt là sản phẩm của Chương Trình Gia Đình, Bạn Hữu, và Người Lắng Giềng tại Trung Tâm Các Nguồn Lợi về Sự Chăm Sóc Con Trẻ (Child Care Resources).

Gầy dựng một hệ thống hỗ trợ cho các ông bà, các thành viên khác trong gia đình và bạn bè đang chăm sóc con trẻ.

Liên lạc để biết thêm chi tiết
Child Care Resources
206.329.1011
www.childcare.org

Child Care RESOURCES
Giving every child a great start



Hát và Múa với Gia Đình

Những chữ để biết: Múa, Bài Hát, Vỗ Tay, Chị, Anh, Người Lớn Tuổi, Thiếu Niên, Trung Niên, Cao Niên

Sinh hoạt: Học những bài hát và vũ điệu truyền thống trong gia đình quý vị

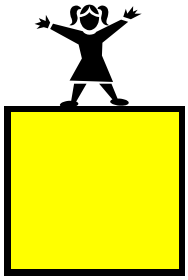
- Dạy con trẻ vài bài hát mà quý vị đã hát lúc nhỏ.
- Trước tiên, đọc lời bài hát cho con trẻ nghe, rồi hát chậm chậm.
- Hát vài lần cho đến khi con trẻ quen bài hát.
- Quý vị có thể dùng đĩa, cát-sét nhạc để tập dược bài hát.
- Hát các bài hát trong lúc ngồi trong xe, khi con trẻ cất dọn đồ chơi, hay trước khi đi ngủ.
- Dạy con bạn vỗ tay theo nhạc, rồi nhảy theo điệu nhạc.
- Quý vị có thể thâu lại bài hát quý vị cùng hát với trẻ hát rồi nghe lại sau.

Tại Tiệm Tạp Hóa hay Chợ Phiên

Những chữ để biết: mầu, trái cây, rau cỏ, tên của những thứ trái cây và rau cỏ ở cửa tiệm

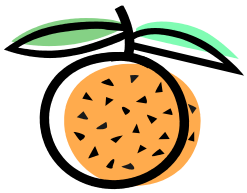
Sinh hoạt: Tìm những thứ trái cây và rau cỏ cùng mầu hoặc khác mầu

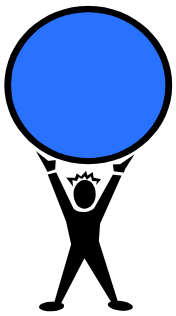
- Chỉ vào và nói tên các thứ trái cây và rau cỏ khác nhau ở chợ.
- Hỏi con trẻ những thứ đó mầu gì?
- Sau đó, hỏi trẻ, “Trái chuối mầu vàng, có những trái nào khác cũng mầu vàng?” hoặc là “Trái táo mầu đỏ, trái nào khác cũng đỏ?”
- Để cho con trẻ chọn một thứ trái cây hoặc rau bằng cách bạn hỏi em, “Con chọn một thứ rau mầu xanh mà con muốn ăn tối nay.”
- Về nhà, quý vị để con trẻ giúp phân loại những thứ trái cây và rau cỏ theo từng mầu trước khi cất đi.

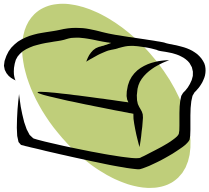


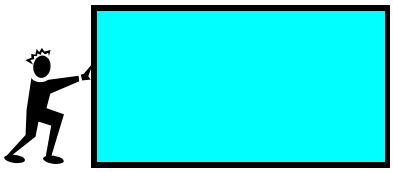
Hình vuông
square

Hình tròn
circle

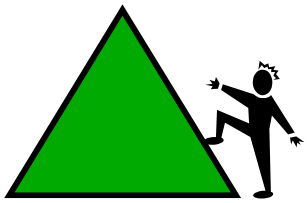


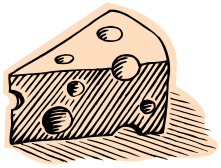






Hình chữ nhật
rectangle





Hình tam giác
triangle

Khoa Học ở Nhà

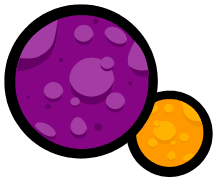
Những chữ để biết: nước, nóng, nước đá, ấm, lạnh, đá cục, tan, đông lạnh, nổi, ướt, khô

Sinh hoạt: Làm các đá cục tan trong nước nóng

- Đổ đầy nước vào hai bát lớn, một bát nước nóng và một bát với nước lạnh. Để hai bát nước này trên một cái khay hay khăn xếp. Bỏ một vài viên đá cục vào mỗi bát.
- Cho con trẻ chơi với những viên đá cục bỏ trong nước. Trẻ có thể dùng thìa, muỗng để vớt đá ra không? Chỉ cho trẻ xem các viên đá nổi ở mặt nước như thế nào.
- Hỏi trẻ, “Nước nào làm các viên đá cục tan nhanh hơn, nước nóng hay nước lạnh?”
- Khi các viên đá cục tan hết rồi, hỏi trẻ, “Con thấy nước trong bát như thế nào? Nóng, ấm hay lạnh?”
- Sau đó để cho con trẻ dùng thìa, muỗng và ly, chén để chơi với nước.

Các Hình Dạng ở Cửa Tiệm hoặc ở Chợ

Những chữ để biết: hình vuông, hình tròn, hình chữ nhật, hình tam giác, hình dạng, giống nhau, khác nhau



Sinh Hoạt: Tìm những hình dạng ở cửa tiệm hoặc ở chợ

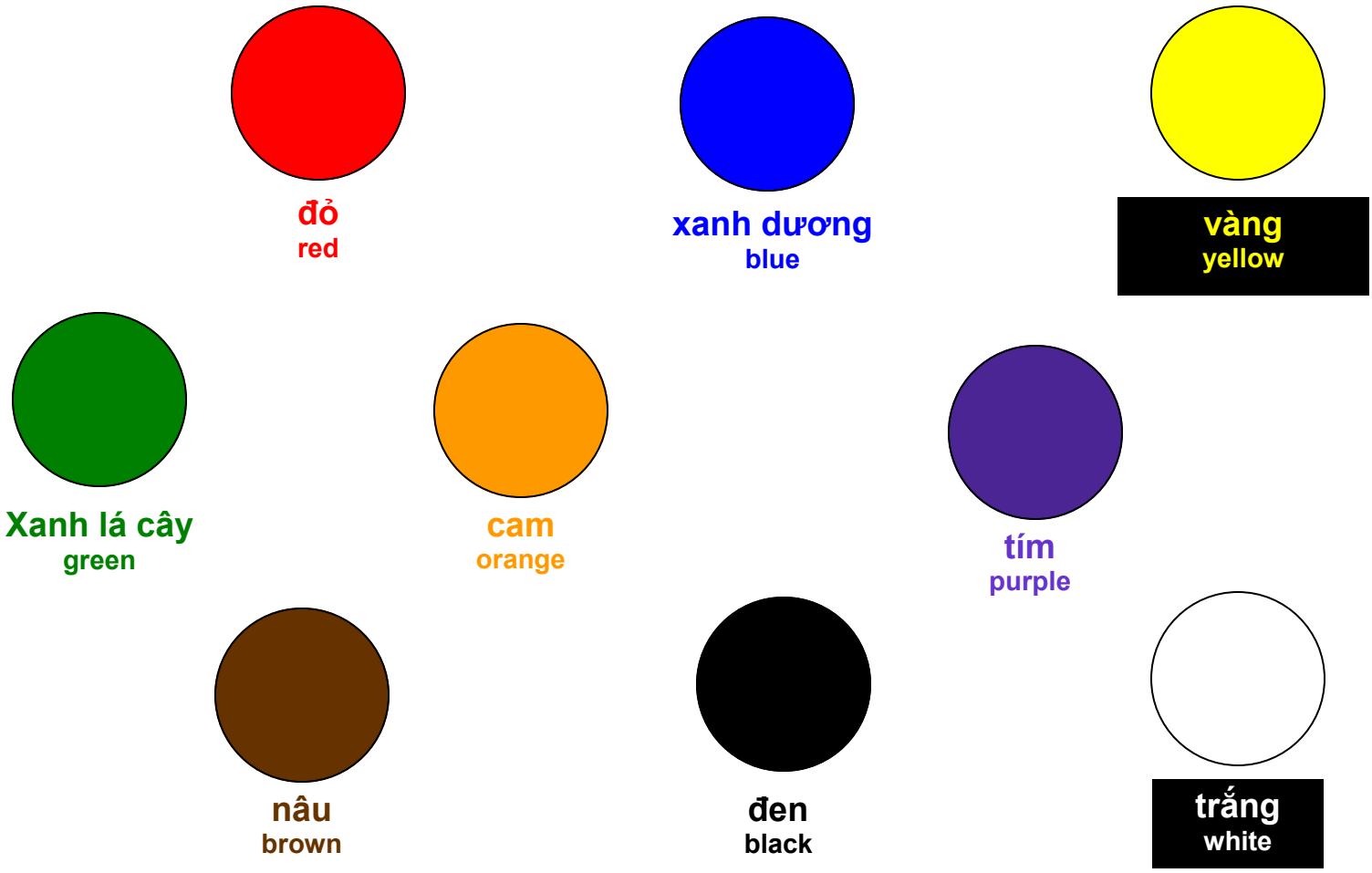
- Trong lúc chọn đồ, nói đồ đó hình gì. Thí dụ như, "Cái hộp ngũ cốc này hình chữ nhật." Đưa hộp cho trẻ để chúng bỏ vào xe đẩy (shopping cart).

- Trong khi quý vị tiếp tục chọn hàng, hỏi trẻ cho biết hình dạng của món hàng. "Món hàng này hình gì vậy?"

- Trong khi mua sắm, giúp con trẻ chỉ ra những hình dạng mà chúng biết.

- Tìm những món vật với các hình dạng khác nhau:

  - Bánh pic-dà (pizza) hình tròn nằm trong hộp hình vuông
  - Nắp hình tròn trên bình sữa hoặc nước trái cây hình chữ nhật
  - Săng-quích (sandwich) hình vuông được cắt ra theo các hình tam giác

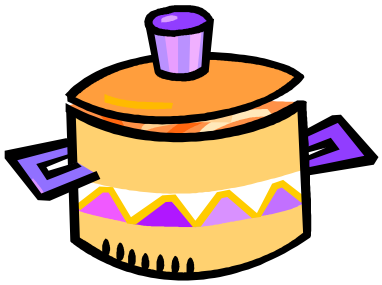


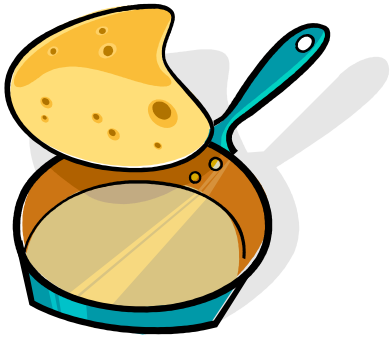
Nấu Ăn Chung Với Nhau

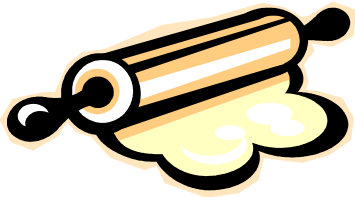
Những chữ để biết: Tên các món ăn và nguyên liệu thực phẩm

Sinh hoạt: Học hỏi về các món ăn thường nấu trong gia đình của quý vị

- Khi nấu ăn hay làm một món ăn đặc biệt, quý vị bảo con trẻ giúp một tay.
- Trong lúc làm món ăn, nói chuyện với trẻ về lúc quý vị còn nhỏ, quý vị đã ăn món ăn này như thế nào.
- Để cho trẻ ngửi và nếm những thứ gia vị mà quý vị dùng.
- Cho trẻ xem quý vị chuẩn bị món ăn ra sao. Cho trẻ giúp quý vị để bỏ các nguyên liệu nấu ăn vào nồi, đập trứng, hoặc lăn bột.
- Để cho trẻ vẽ hình món ăn mà quý vị và con trẻ làm chung với nhau.







Các Mầu Sắc ở Cửa Tiệm hoặc ở Chợ

Những chữ để biết: Đỏ, xanh dương, đen vàng, xanh lá cây, trắng, cam, tím, nâu

Sinh hoạt: Tìm các mầu sắc ở cửa tiệm hoặc ở chợ

- Mỗi lần quý vị đi vào một cửa tiệm, tìm ba mầu. Thí dụ, bạn nói, “Hôm nay chúng ta sẽ tìm những vật mầu đỏ, vàng hay xanh dương.”
- Trong khi quý vị chọn các mặt hàng, nói cho con trẻ vật đó mầu gì. “Đây là trái táo đỏ.” “Trái chuối này mầu vàng.” “Hộp bánh này mầu xanh.”
- Trong lúc mua sắm, bảo trẻ tìm những vật cùng mầu như vậy.
- Bảo trẻ cho quý vị thấy năm món khác nhau mà có cùng một mầu. Các món mầu đỏ là trái táo, nước sốt salsa, trái cà chua, nước chấm ketchup, đậu đỏ.

Chơi ở Nhà

Những chữ để biết: lều, khăn trải giường, chăn, nhà, nhà của người mông cổ, gia đình, giả tuồng, ghe thuyền

Sinh hoạt: Làm một căn nhà giả vờ và cùng chơi với trẻ trong đó

- Để hai hoặc ba cái ghế gần với nhau. Dùng một cái khăn trải giường hoặc cái chăn đắp trùm lên mấy cái ghế này để làm một cái lều hoặc một cái "nhà giả vờ."
- Để cho trẻ mang gối, đồ chơi và sách vào trong "căn nhà" của chúng để chơi. Chui, bò vào căn nhà ấy và chơi với trẻ.
- Nói chuyện với trẻ về các loại nhà khác nhau mà con người ở: nhà, lều, nhà mông cổ, căn hộ, nhà di động, tầu, nhà xây bằng đất, vân vân.
- Bảo trẻ giả vờ ở trong những loại nhà khác nhau. Sinh hoạt sẽ như thế nào khi ở trong một căn lều, trên một cái tầu, nhà di động?

Trên Xe Nhà hoặc Trên Xe Buýt

Những chữ để biết: Ngừng, đi, đi bộ, nhường, chỗ đậu xe, nhà thương, đèn hiệu ngừng, nơi vào, nơi ra

Sinh hoạt: Tìm và hiểu các bảng hiệu chỉ đường

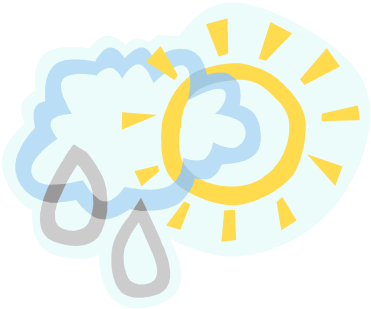
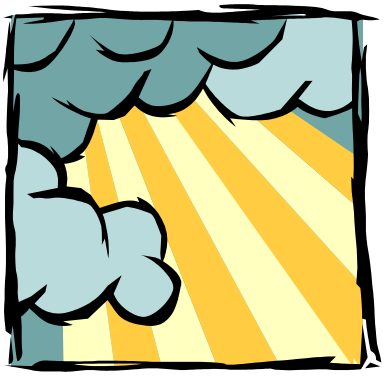
- Trong lúc lái xe, chỉ cho trẻ những bảng hiệu chỉ đường mà quý vị thấy.
- Khi bạn giảm tốc độ hay ngừng lại ở đèn hiệu, giải thích cho trẻ hiểu tại sao quý vị ngừng, “Con có thấy bảng hiệu ngừng không? Bảng đó có nghĩa là chúng ta phải ngừng.” “Con có thấy bảng hiệu nhường không? Đó có nghĩa là chúng ta phải đi chậm lại và nhường cho các xe kia đi trước.”
- Khi con trẻ đã quen thuộc với các bảng hiệu rồi, quý vị bảo trẻ tìm các bảng hiệu và nói tên mỗi bảng hiệu mà chúng nhìn thấy.
- Hỏi trẻ những bảng hiệu đó mầu gì.
- Hỏi trẻ những bảng hiệu đó hình gì.

Đi Dạo Trong Khu Phố Quý Vị Ở

Những chữ để biết: Cái bóng đổ, mặt trời, bầu trời, mây, dài, ngắn, cao, tay, chân

Sinh hoạt: Tìm những bóng đổ chung quanh ta, tạo ra bóng, học hỏi xem mặt trời di động như thế nào trong ngày

- Vào một ngày có nắng, đi dạo với trẻ trong khu phố quý vị ở. Chỉ cho trẻ xem bóng của mình đổ xuống khi mình đi.
- Chuyển người qua lại để làm cho bóng đổ dài hơn, cao hơn, ngắn hơn. Thử xem mình có thể chạy thoát khỏi cái bóng của mình không.
- Chỉ cho trẻ xem những vật khác đổ bóng như thế nào.
- Cử động cánh tay, bàn tay, ngón tay và chân và xem bóng mình thay đổi như thế nào.
- Một lúc lâu sau đó trong ngày, cùng ra ngoài trở lại và xem bóng mình có đổ giống như lúc nãy hay không. Con có thấy các bóng đổ khi trời có mây không?

Tại Bệnh Xá, Văn Phòng Nha Sĩ, Văn Phòng Bác Sĩ

Những chữ để biết: ghế, cửa ra vào, bồn rửa tay, bàn làm việc, cửa sổ, sách vở, y tá, bác sĩ, nha sĩ, cái gương (kính), các cân, quang tuyến X, máy khoan, nhiệt kế, đèn, vải băng

Sinh hoạt: Nói chuyện về những gì chúng ta thấy trong phòng chờ và trong phòng khám nghiệm

- Trong lúc ngồi trong phòng chờ, hỏi trẻ xem chúng thấy những gì.
- Bảo trẻ đếm xem có bao nhiêu cái ghế, cái đèn và sách trong phòng chờ.
- Trong phòng khám nghiệm, bảo trẻ nói cho quý vị biết chúng thấy những gì. Giúp trẻ gọi tên những gì còn mới mẻ đối với chúng.
- Khi một nha sĩ, bác sĩ hoặc y tá đi vào, yêu cầu họ gọi tên những dụng cụ họ dùng trong buổi hẹn: nhiệt kế, cái gương (kính), máy khoan, ánh đèn, quang tuyến X, bồn rửa tay, vải băng, cái cân.

Khi Đi Mua Sắm

Những chữ để biết: áo thung ngắn tay, búp bê, ly, giầy, rổ đựng, khăn quàng, chăn đắp, gối cho búp bê, đèn, diêm quẹt, mầu sắc, tô, bát to

Sinh hoạt: Tìm các mặt hàng với các mầu sắc khác nhau

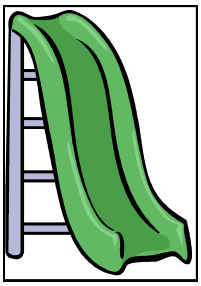
- Khi đến một cửa tiệm, hỏi trẻ xem những mầu sắc khác nhau nào mà chúng thấy chung quanh chúng.
- Cho trẻ xem một cái áo và hỏi, “Mầu này là mầu gì?”
- Tập cho trẻ học tên những mầu cho đến khi chúng biết được một vài mầu.
- Sau đó quý vị bảo trẻ giúp tìm một món gì đó. Bảo trẻ giúp quý vị tìm một cái áo thung tay ngắn mầu xanh dương, một cái khăn quàng màu đỏ, và đôi giầy mầu xanh lá cây.
- Trong khi đi tìm những vật này, quý vị bảo trẻ nói tên mầu của các đồ vật khác tìm thấy trong cửa tiệm. Con trẻ của quý vị có thấy được một cái rổ đựng mầu nâu, cái chén mầu vàng, cái chăn mầu hồng hay không?

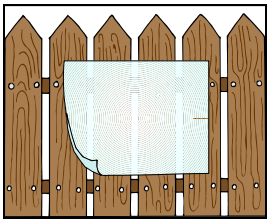
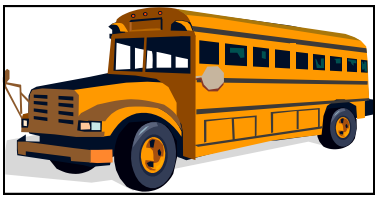
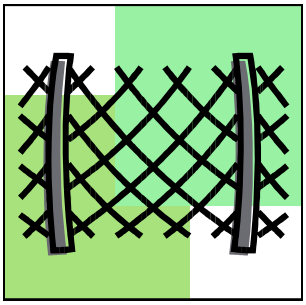
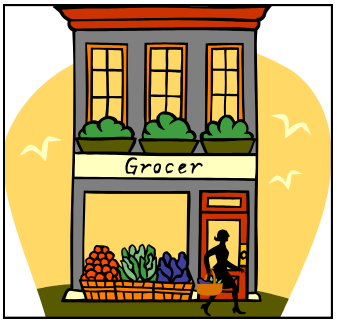
Tại Tiệm Giặt Quần Áo

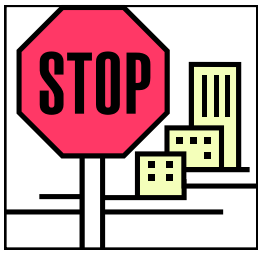
Những chữ để biết: Một đôi, những đôi với, những cái quần, cái áo, quần áo (nói chung), máy giặt, máy sấy, sạch, ướt, khô, xếp, cỡ

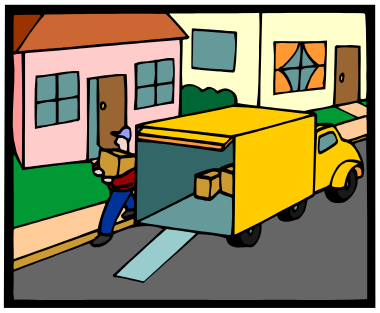
Sinh hoạt: Lựa và xếp quần áo theo các dạng giống và khác nhau

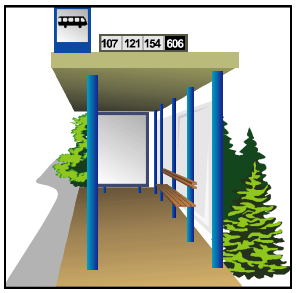
- Giải thích cho trẻ biết rằng quý vị cần chúng giúp một tay để soạn quần áo từ trong máy sấy.
- Đưa cho trẻ một đống vớ. Bảo trẻ soạn chúng theo loại, theo mầu và theo cỡ.
- Rồi bảo trẻ soạn những áo thung ngắn tay cùng cỡ với nhau .
- Bảo trẻ tìm những quần áo của chúng. Chỉ cho trẻ cách xếp gấp quần áo. Đừng quan tâm nếu trẻ xếp gấp không đúng cách. Với sự tập dượt, trẻ sẽ học được cách xếp gấp đúng.







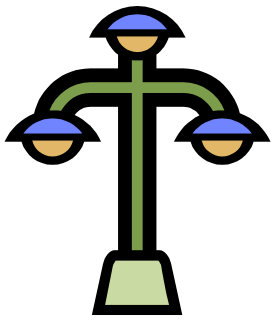


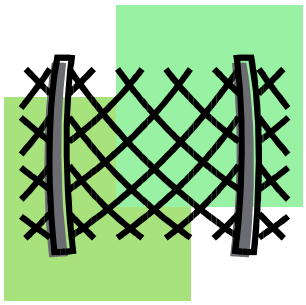
Tìm Tòi, Khám Phá Khu Phố Trẻ Ở

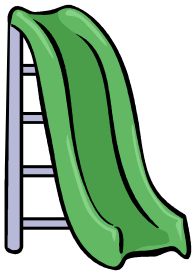
Những chữ để biết: trên, ở trên, dưới, ở dưới, bên cạnh, kế bên, đằng sau, gần, xa

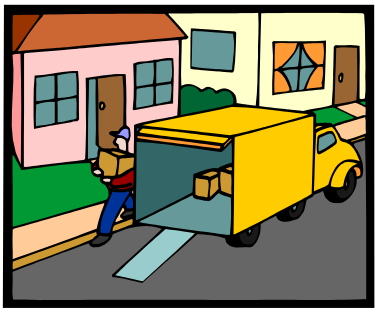
Sinh hoạt: Mô tả cái thế giới chung quanh ta

- Đi bộ với con trẻ trong khu phố quý vị ở. Trong khi đi, nói với trẻ, “Mẹ (Ba) sẽ tả một vật mẹ (ba) nhìn thấy. Nói cho mẹ (ba) biết nếu con có thể đoán ra vật đó là gì.”
- Khởi đầu với một cái gì đó dễ đoán, như một vật lớn như cái xe hay nhà. Một khi trẻ đoán được rồi, quý vị thử một cái gì đó khó hơn.
- Để cho trẻ tả một vật gì chúng thấy để xem quý vị có đoán được đó là vật gì hay không.
- Khi đã đoán giỏi rồi, cùng thử dùng những cách mô tả có tính đùa nghịch: “Mẹ (Ba) thấy một cái gì đó lớn hơn xe hơi mà lại đi ăn rác” (xe đổ rác).







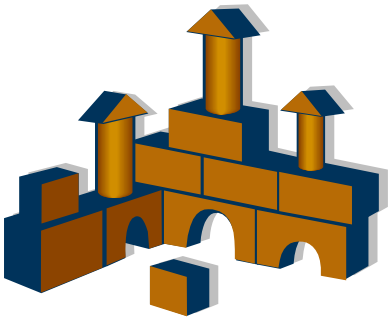
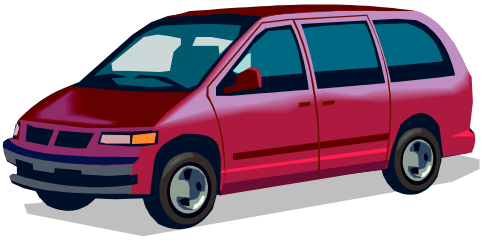
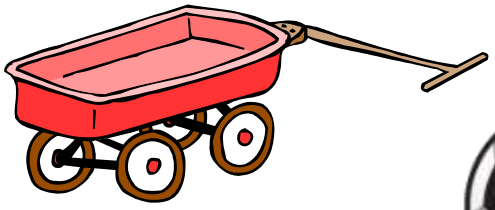


Lắng Nghe Những Âm Thanh Khác Nhau

Những chữ để biết: lắng nghe, nghe, âm thanh, chim, chó, mèo, xe, xe tải, gió, mưa, tiếng ồn

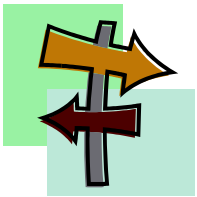
Sinh hoạt: Trong lúc quý vị lái xe, đi xe, hoặc đi bộ, nói về những gì chúng ta có thể nghe chung quanh ta

- Lắng nghe tiếng chim, chó, mèo. Nói cho trẻ biết những gì quý vị nghe và hỏi trẻ để xem chúng cũng nghe những gì quý vị nghe hay không.
- Hỏi những câu hỏi: “Con có nghe tiếng xe hơi?” “Xe tải?” “Xe gắn máy?” “Máy bay?”
- “Con có nghe tiếng gió hoặc mưa không?”
- Mô tả hoặc tạo ra những tiếng động mà quý vị nghe. “Tiếng gió kêu rào rào.” “Con chó sủa gâu gâu.” “Xe chạy kêu bíp, bíp, rum rum.”

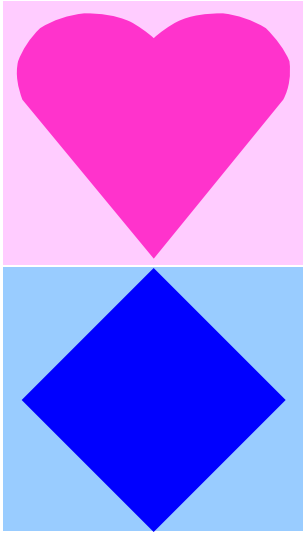
Sự Chọn Lựa

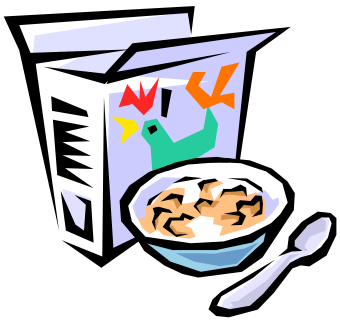
Những điều để biết: Khi con trẻ bắt đầu đi học, chúng thường được dạy để chọn lựa. Nếu trẻ thực tập khái niệm này ở nhà, chúng sẽ cảm thấy thoải mái, dễ chịu hơn khi ở trường

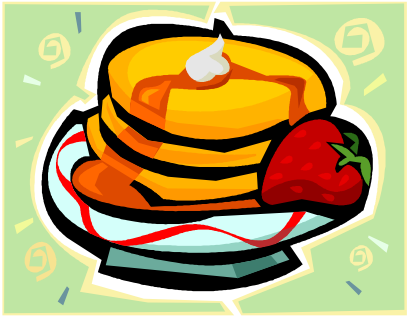


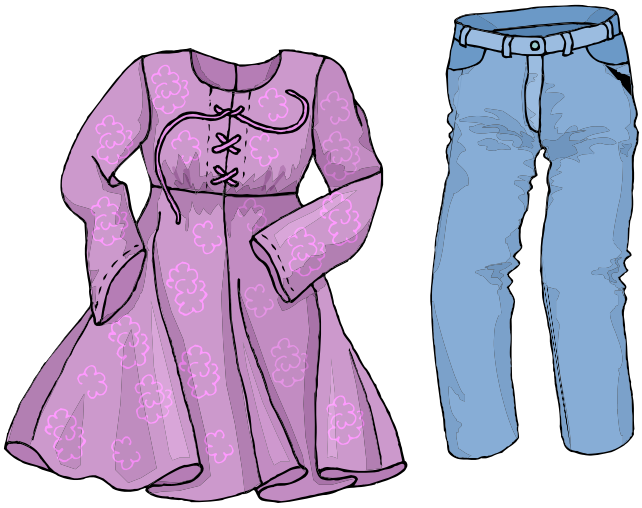
Sinh hoạt: Chọn một trong hai việc để làm

- Khi trẻ mặc quần áo, hỏi, “Con muốn cài khuy áo khoát của con một mình hay con muốn mẹ (ba) giúp con?”
- Trước khi cùng nhau đọc sách, hỏi trẻ, “Quyển sách nào con muốn đọc trước?”
- Để cho trẻ chọn một bài hát để cùng nhau hát.
- Trước khi đi ngủ, hỏi, “Con muốn làm cái gì trước, rửa mặt hay đánh răng?”









Điều Gì Kế Sẽ Xảy Ra

Những chữ để biết: cái gì, sẽ, xảy ra, kế đến, đi, cửa tiệm, bác sĩ, bạn bè, người thân, nhà

Sinh hoạt: Nói về những gì quý vị làm, những nơi quý vị đi đến

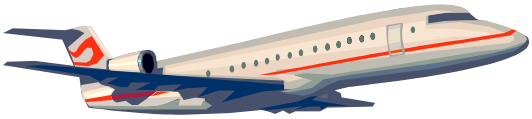
- Khi quý vị đi ra ngoài với con trẻ, cho trẻ biết quý vị sẽ làm gì và sẽ đi đâu.
- Hỏi trẻ điều gì kế sẽ xảy ra khi quý vị…

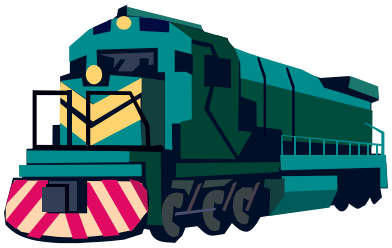
  ...Đi mua sắm ở một cửa tiệm, "Con nghĩ xem chúng ta sẽ mua những gì?"

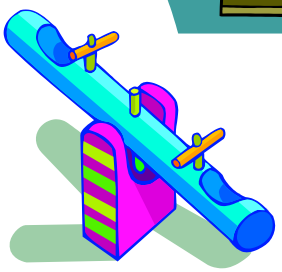
  ...Đi gặp bác sĩ hay tới một bệnh xá, "Điều gì sẽ xảy ra trước khi chúng ta đến đó?"

  ...Đi thăm người bạn hay người thân, "Khi chúng ta đến thăm bà Ngoại (Nội), bà sẽ làm gì?"

  ...Đi về nhà, "Khi về tới nhà, điều gì kế sẽ xảy ra?"







Nói Chuyện Về Những Gì Xảy Ra Trong Ngày của Quý Vị

Những chữ để biết: nhớ, nói, trước hết, kế đến, đã làm, câu chuyện, mô tả, ngày, điều mình thích, thích

Sinh hoạt: Nhớ lại và nói về những gì quý vị đã làm trong ngày

- Khi quý vị trở về nhà sau khi đi mua sắm, đi làm, đi học, hoặc đi thăm một người bạn hoặc người thân, nói chuyện với trẻ về những gì quý vị đã làm.
- Kể chuyện về sinh hoạt trong ngày của quý vị. “Trước hết, chúng ta lên xe đi, rồi chúng ta đi đến một cửa tiệm, rồi chúng ta mua một ít chuối, rồi chúng ta đến khu chơi ngoài trời (play ground).”
- Bảo con trẻ cho thêm chi tiết. “Con ngồi ở ghế sau.” “Ở tiệm, con gặp một người bạn của con.” “Mấy quả chuối còn xanh.” “Con tuột cầu tuột ở khu chơi ngoài trời.”
- Hỏi con trẻ mô tả phần chúng thích trong ngày. “Điều gì con thích làm trong ngày hôm nay?”