

Hà Thành Book

Cẩm nang PHÁT TRIỂN & TRÍ TUỆ THỂ CHẤT toàn diện cho trẻ



Tri Việt



NHÀ XUẤT BẢN
VĂN HOÁ THÔNG TIN

MỤC LỤC

THÁNG THỨ NHẤT	7
THÁNG THỨ 2	42
THÁNG THỨ 3	82
THÁNG THỨ 4	118
THÁNG THỨ 5	150
THÁNG THỨ 6	179
THÁNG THỨ BẢY	206
THÁNG THỨ TÁM	238
THÁNG THỨ CHÍN	266
THÁNG THỨ MƯỜI	292
THÁNG THỨ MƯỜI MỘT	319
THÁNG THỨ MƯỜI HAI	348

Chơi gì? Chơi thế nào? là vấn đề khiến rất nhiều bà mẹ lúng túng. Căn cứ vào các đặc điểm phát triển tâm sinh lý của các bé mỗi tháng, mỗi ngày; dựa vào tình hình phát triển chung của bé; đối chiếu với chuẩn chung, cuốn sách này giúp mẹ tham khảo và tự thiết kế ra những trò chơi thú vị thúc đẩy sự phát triển toàn diện cho bé yêu, để bé sẽ dần lớn lên thông minh, vui vẻ, khỏe khoắn.

Người biên soạn

THÁNG THỨ NHẤT

- Tiếp xúc, ôm ấp, vuốt ve nhiều với bé.
- Dạy bé cười, luyện cho bé cách ngẩng đầu và “tập bò”.
- Dạy nhạc cho bé.
- Chuyện trò với bé, hiểu được tiếng khóc của bé.

NGÀY ĐẦU TIÊN

Bé lớn lên và rèn luyện

Con bạn lớn thế nào? Dưới đây là một số tiêu chuẩn bình quân của một đứa trẻ mới sinh.

- ❖ Cân nặng từ 2500 - 4000 gam
- ❖ Chiều dài cơ thể từ 43 - 53 milimet
- ❖ Chu vi đầu từ 33 - 34 milimet
- ❖ Chu vi ngực khoảng 32 milimet
- ❖ Chiều cao khi ngồi (từ đỉnh đầu đến mông) khoảng 33 milimet
- ❖ Nhịp hô hấp từ 40 - 60 lần/phút.

Lời khuyên của chuyên gia:

Sau khi sinh người mẹ nên sớm tiếp xúc với bé.

Cha mẹ nên ôm bé, tiếp xúc nhiều và nhún nạy nuôi dưỡng tình cảm với bé.

Bố mẹ nên thường xuyên cùng nhau có mặt trong phòng bé, điều này sẽ giúp cho bé có cảm giác an toàn.

Từ khi là bào thai, trẻ được bao bọc trong tử cung an toàn và ấm áp của mẹ. Ra đời, trẻ thích môi trường ấm áp. Khi bạn ôm bé mới sinh, bé sẽ thích thú vì được gần gũi, và có cảm giác an toàn vì được chở che. Khi bé khóc, bế mẹ bế lên và vỗ về nhẹ nhàng. Giai đoạn này, bố mẹ hãy đáp ứng đầy đủ những nhu cầu được vỗ về, an ủi của bé.

Trẻ sơ sinh có khả năng về xúc cảm với độ nóng, độ ẩm, tính chất của vật thể và cảm giác đau. Điều này có nghĩa bé đã có cảm giác nóng lạnh, đau đớn. Giai đoạn này bé thích được tiếp xúc với những đồ vật mềm mại. Mũi và tay là bộ phận tiếp xúc nhạy cảm nhất. Cảm xúc là phương thức chủ yếu để bé tự an ủi, nhận biết thế giới và giao lưu với thế giới bên ngoài.

Trò chơi hôm nay: Sự ấm áp của người mẹ

Mục đích

Giúp bé cảm nhận được sự vỗ về, bé có cảm giác an toàn, từ đó hình thành cảm giác tin tưởng.

Phương pháp

Khi bé đang khóc nếu không phải vì đói hay tã lót bị ướt hoặc đầy bụng, bạn hãy ôm ấp bé, nên ôm bé chặt một chút, vỗ về, nói chuyện cùng bé. Bé mới sinh ra luôn muốn được ôm ấp vì khi còn ở trong bụng mẹ bé luôn được bao bọc. Được mẹ ôm ấp trong lòng, bé cảm nhận được tình cảm, sự ấm áp từ cơ thể mẹ, bé sẽ cảm thấy thoải mái, yên ổn. Lời kể chuyện, vỗ về của mẹ giúp bé trấn tĩnh, ngừng khóc. Bé sơ sinh khóc để thể hiện nhu cầu cần được dỗ dành, bởi vậy sau khi dỗ dành, vuốt ve bé, cha mẹ hãy đặt bé xuống, làm như vậy sẽ không hình thành thói quen phải ôm ấp bé suốt ngày.

Bé đặc biệt yêu thích nhịp đập trái tim của người mẹ, vì vậy, hãy để cho tai của bé gần tim mẹ, điều đó giúp bé cảm thấy ấm áp rất nhiều, và có tác dụng thần kỳ làm bé ngừng khóc.

Những ngày hè, thời tiết nóng nực, bé sẽ khóc to, khi đó

bạn nên ngâm bé vào nước ấm. Cách làm này sẽ làm cho bé thoải mái dần, vì khi ở trong cơ thể mẹ, bé được ở trong môi trường ấm áp là nước ối. đương nhiên bạn phải cẩn thận, đừng để bé bị lạnh, và cũng phải chú ý giữ an toàn cho bé.

Những phương pháp kể trên đều có thể giúp bé tin tưởng, an tâm vào chỗ dựa là bố mẹ. Nếu bé được thỏa mãn, thói quen hay làm ồn của bé sẽ dần dần mất đi.

Lưu ý:

Đa số khi trẻ mới sinh đều khóc, nếu ôm bé dựa trên vai, bé không những có thể dừng khóc mà còn có thể mở to mắt. Nếu bố mẹ trêu bé từ đằng sau, bé sẽ chú ý nhìn bạn, dùng ánh mắt để nói chuyện với bạn. Theo tình hình chung, thông qua việc nói chuyện trực tiếp mặt đối mặt với bé hoặc đặt tay bạn lên bụng bé hoặc ấn nhẹ tay lên hai mông bé, có khoảng 70% bé khóc to có thể dừng khóc nhờ cách dỗ dành này.

NGÀY THỨ 2

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé từ khi sinh ra cho đến tháng thứ ba chủ yếu là ngủ. Mắt bé có thể dõi theo sự chuyển động của vật thể trước mắt, có thể chú ý nụ cười trên khuôn mặt người, có thể quay đầu bắt kịp âm thanh, có thể cầm nắm tiếp xúc với đồ vật. Lúc này, nếu bạn sắp xếp đồ vật xung quanh phong phú, bé thường xuyên tiếp nhận mọi loại kích thích về thị giác và thính giác. Đồng thời, bé tiếp nhận được sự âu yếm và chăm sóc của mẹ, điều này sẽ thúc đẩy hệ thống thần kinh, tâm lý của bé phát triển.

Trò chơi hôm nay: Nói chuyện với mẹ

Mục đích

Dạy bé phát âm, đẩy mạnh giao lưu tình cảm.

Phương pháp

Bạn nên ở bên cạnh bé khi bé chuẩn bị thức giấc. Khi chăm sóc bé, bố mẹ cần thường xuyên cùng nhau nói chuyện. Khẩu hình lúc nói chuyện nên thay đổi: có lúc nói chuyện thì thầm, có lúc phát ra âm thanh dài hoặc huýt sáo. Khi bé khóc to, bố mẹ có thể bắt chước tiếng khóc của bé. Bé sẽ dừng khóc tạm thời, yên lặng nghe tiếng khóc phát ra từ bố mẹ. Nếu bố mẹ chú ý và kiên trì, trước khi đầy tháng, bé có thể học cách mô phỏng âm thanh. Mấu chốt ở chỗ khi mẹ và bé đối đáp, sẽ kích thích bé, khiến bé nảy sinh xúc cảm vui vẻ, làm cho bé tự phát ra âm thanh.

NGÀY THỨ 3

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé mới sinh ra đã có một vài khả năng dưới đây, đây chính là cơ sở phát triển tiềm năng âm nhạc của bé.

- ❖ Nghe thấy những âm thanh vui tai liền dừng khóc.
- ❖ Thích thú được mẹ ôm ấp trong lòng và nói chuyện, trêu đùa cùng.
- ❖ Thích âm thanh của chính mình, cùng “nói chuyện” với mẹ.
- ❖ Đối với những kích thích thị giác, thính giác tức thời hay lặp đi lặp lại, bước đầu có khả năng về ký ức.

Trò chơi hôm nay: Múa hát cho bé

Mục đích

Tăng cường cảm giác về tiết tấu của bé.

Phương pháp

Bé đôi lúc tự mình dùng hai chân “nhảy múa”, mẹ nên dựa vào những tiết tấu động tác của chân bé để hát theo, cùng phối hợp với động tác “múa” của bé để hát đệm.

Lưu ý:

Chơi đùa với bé vào lúc bé đã tỉnh ngủ, bé ngủ đủ giấc thì tinh thần sẽ tốt, linh hoạt, đáng yêu. Thời kỳ mới sinh là thời kỳ ngủ dài nhất trong cuộc đời một con người, mỗi ngày trẻ ngủ từ 16 - 17 tiếng, chiếm khoảng 70% thời gian của một ngày. Chu kỳ các giấc ngủ khác khoảng 45 phút. Người lớn ngủ khoảng từ 90 - 120 phút. Chu kỳ giấc ngủ bao gồm ngủ nông và ngủ sâu, trong đó thời gian ngủ sâu chiếm một nửa. Về sau, ngủ nông sẽ dần dần giảm bớt, đến khi thành niên, thời gian ngủ nông của mỗi người chỉ chiếm 1/5 - 1/4 cả giấc ngủ.

Khi bé ngủ sâu, nhãn cầu không chuyển động, bé hít thở đều đặn. Khi ngủ nông thường bé có động tác mút, mặt cũng thể hiện các sắc thái tình cảm như: nhăn nhó, tươi cười, mắt mặc dù nhắm chặt nhưng nhãn cầu lại chuyển động, vung tay vung chân, duỗi lưng, rướn người... Bố mẹ nên hiểu rằng đây là những biểu hiện của các sắc thái tình cảm của bé, đừng coi những biểu hiện này là “vấn đề”, đừng ép bé ăn thêm hay gọi hộ lý, đừng làm phiền bé.

Bé mới sinh, quy luật giấc ngủ vẫn chưa hình thành, ban đêm nên tránh làm phiền bé. Khoảng cách giữa các lần cho bé bú từ 2 - 3 tiếng, dần kéo dài 4 - 5 tiếng, giúp bé ngủ nhiều vào buổi tối và ngủ ít vào ban ngày, nhanh chóng thích nghi với nhịp sống của người lớn. Như vậy, bố mẹ có tinh thần tốt sẽ có thể nuôi dưỡng tốt đứa con của mình.

NGÀY THỨ 4

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé mở to mắt, hãy cúi người để bé nhìn mặt bố mẹ vì khả năng điều tiết tiêu cự của bé vẫn kém, khoảng cách xa nhất là 19mm. Tuy nhiên, bé vẫn có thể nhìn xa 20cm với những đồ chơi hình tròn màu đỏ vì nó thu hút sự chú ý của

bé, sau đó lắc lư đồ chơi lên trên, xuống dưới, sang trái, sang phải. Bé sẽ chuyển động đầu và mắt một cách chậm chậm theo đồ chơi. Bé khỏe mạnh khi tỉnh dậy thường có khả năng nhìn chăm chú và chuyển động mắt và đầu ở các mức độ khác nhau.

Trò chơi hôm nay: Chăm chú nhìn những vật thể di động nhiều màu sắc

Mục đích

Rèn luyện thị giác.

Phương pháp

Sau 4 - 10 tiếng từ lúc bé sinh ra, người mẹ chuẩn bị 6 bộ vòng màu sắc khác nhau có đường kính từ 5 - 7mm, trục có đường kính 50 – 60mm (kích thước của trục phải vừa vặn để cho vào vòng).

Bé nằm ngửa mặt lên. Mẹ chuyển động trò chơi nhiều màu sắc đó từ từ ở cách mặt bé (để cho bé theo kịp với tốc độ chuyển động của trò chơi ở trên). Mỗi ngày có thể thực hành 1 - 2 lần, không nên vượt quá 2 lần, mỗi lần từ 1 - 2 phút.

Chú ý:

Luồn những chiếc vòng vào trục để tránh việc bé chỉ chú ý đến mặt của mẹ mà không nhìn đồ chơi, cũng có thể dùng các vật liệu khác để thay thế cho bộ vòng, không nên làm trò này trước khi bé đi ngủ.

Lời khuyên của chuyên gia:

Nếu lựa chọn đồ chơi không thích hợp với bé, bé sẽ bị tật lác mắt. Khi chọn đồ chơi cho con (đặc biệt là những món đồ chơi đầu tiên này), bố mẹ cần phải lựa chọn và sử dụng một cách khoa học. Một vài đứa bé sau này mắc tật lác mắt, không ít trong số đó do nguyên nhân bé nằm trên giường trong thời

gian quá dài và những đồ vật đặt trong phòng không thích hợp đã dẫn đến điều này.

Khi tỉnh ngủ, bé rất thích dùng ánh mắt tìm kiếm các mục tiêu, bé nhìn ngang nhìn dọc, một khi đã “bắt” được mục tiêu, bé sẽ nhìn chăm chú không rời, lâu dần hình thành tật lè mắt.

Các chuyên gia chỉ ra rằng, thông thường tầm nhìn của bé chỉ khoảng 25mm, vì thế bất kỳ đồ vật nào để xa quá mắt bé đều nhìn không rõ. Bố mẹ nên lựa chọn cho bé những đồ chơi “động”, có thể treo trên đầu giường, như thế tầm nhìn của bé sẽ không dừng lại lâu ở một điểm nào. Ngoài ra, phòng của bé cần có một không gian và được chiếu sáng thích hợp, ánh đèn không được mạnh quá, không được gây lóa mắt.

NGÀY THỨ 5

Bé lớn lên và rèn luyện

Ánh mắt trìu mến của bố mẹ dành cho bé là cách thể hiện tình yêu thương. Hoạt động nhìn đồ vật có thể kích thích não phát triển. Kiến thức mà con người học được có đến 85% thông qua thị giác.

Bé chưa thể chơi những trò chơi quá phức tạp, vì thế phải thông qua thị giác, thính giác và xúc giác để tiếp xúc với thế giới bên ngoài. Bé thích tiếp cận gần để nhìn mặt mọi người, thích thú những đồ vật có thể di động, nhiều màu sắc và có âm thanh. Bạn nên lựa chọn giường ngủ có kiểu dáng sinh động cho bé, để cho bé mặc những bộ quần áo có hình thù ngộ nghĩnh. Cố gắng tạo ra một môi trường thích hợp với độ tuổi, tâm lý của bé.

Trò chơi hôm nay: Nhìn theo vật

Mục đích

Phát triển thị giác.

Phương pháp

Sau khi bé tỉnh ngủ, dùng một đồ chơi màu đỏ tươi (chẳng hạn như một con thú bông) để trêu đùa bé, sau đó xem bé có phản ứng thị giác không. Khi bé đã nhìn chăm chú vào đồ chơi đó, mẹ hãy di chuyển từ từ đồ chơi để ánh mắt bé đuổi theo sự di chuyển đó, mỗi lần chơi từ 2 - 5 phút.

Gợi ý:

Những đồ vật chuyển động có thể thu hút khả năng chú ý của bé, chú ý nên để những đồ vật đó ở những nơi gần nhất mà bé có thể nhìn thấy, như: treo cổ định một cái chuông, một dây đeo hình con gấu nhỏ ở đầu giường bé. Tốt nhất dây đeo nên cách vài ngày lại thay đổi hình dạng một chút. Có thể tạo ra một số hình dạng khác nhau từ đồ chơi làm bằng cao su, bé có thể dễ dàng cầm nắm hay cho vào mồm. Những đồ vật này phải có tính mềm mại, bề mặt trơn, phải có những vòng tròn để tay bé có thể cầm nắm hay hút, thổi.

NGÀY THỨ 6

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé khi mới sinh dùng tiếng khóc để giao tiếp với mọi người. Bé khóc để “khẳng định mình”, làm cho bố mẹ chú ý tới sự tồn tại của bé. Nếu như bạn để ý quan sát và nghe kỹ tiếng khóc của trẻ, bạn sẽ phát hiện trong đó ẩn chứa nhiều thông tin. Đầu tiên là tiếng khóc, những đứa trẻ khỏe mạnh mới sinh ra có tiếng khóc vang, kéo dài làm cho người khác cảm thấy êm tai. Tiếng khóc của trẻ bị bệnh thường the thé, ngắn, tiếng khan hoặc yếu ớt, nếu gặp phải trường hợp này bạn nên đưa bé đến bệnh viện. Tiếng khóc của bé có rất nhiều nguyên nhân, như: bị đói, khát nước hay tã bị ướt. Khi bé buồn ngủ hoặc lúc bé mới tỉnh dậy cũng có thể xuất hiện những tiếng khóc với nhiều nguyên nhân khác nhau. Thông

thường, sau khi “hết cơn” khóc, bé sẽ đi vào giấc ngủ. Bé dùng các tiếng khóc khác nhau để biểu đạt những nhu cầu khác nhau.

Trò chơi hôm nay: Điều khiển từ xa

Mục đích

Kích thích lòng hiếu kỳ của bé, tạo điều kiện để bé chủ động khám phá những ước mơ.

Phương pháp

Dùng một sợi dây, một đầu treo đồ chơi có thể phát ra tiếng kêu, đầu kia luồn qua cổ chân hoặc cổ tay bé. Treo đồ chơi cách bé 25mm, làm cho bé động chân hoặc tay, đồ chơi trước mặt bị kéo sẽ phát ra âm thanh, trò chơi này có thể làm lại nhiều lần. Tác dụng của trò chơi này là giúp bé hứng thú để thực hiện những động tác của chính mình.

Lưu ý:

Người lớn phải luôn có mặt bên bé khi bé chơi. Khi người lớn đi ra chỗ khác, phải tháo sợi dây luồn qua tay, chân của bé, để phòng dây cuốn quanh ngón tay hoặc ngón chân gây hại cho bé.

Nên chọn đồ chơi có thể phát ra âm thanh vui nhộn, thánh thót. Cha mẹ nên luôn bên cạnh để chú ý đến những tình cảm và phản ứng của bé. Khi bé khóc to, dùng những phương pháp này có thể làm bé vui. Bạn hãy thử lặp lại nhiều lần và quan sát xem có phải bé nghe thấy những âm thanh này thì vui trở lại và dừng khóc không.

NGÀY THỨ 7

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể nghe được âm thanh không? Khi nghe thấy

những âm thanh ồn ào, bé ngạc nhiên hay sợ hãi đến phát khóc? Liệu bé có bị những âm thanh ồn ào làm tỉnh giấc? Cha mẹ nên quan sát những hiện tượng này để biết khả năng nghe của bé có bình thường hay không. Bố mẹ có thể để cho bé tự chơi những trò chơi đơn giản như dùng tay lắc đồ chơi. Tự bé làm cho đồ chơi phát ra âm thanh, bé sẽ rất thích. Rất nhanh chóng bé sẽ phát triển đến cả kỹ năng dùng mắt để tìm kiếm đồ vật, đặc biệt là bé sẽ thấy thích thú nhìn những đồ vật có màu sắc sáng và rõ ràng. Đồ chơi thích hợp nhất cho bé là những đồ vật có thể chuyển động hoặc những trò chơi có thể treo được, lắc lư và nhiều màu sắc. Cho dù bé còn rất nhỏ nhưng cũng có thể phát triển một vài khả năng nhạy cảm về thính giác cùng với khả năng phản ứng với những âm thanh mang tính chất vỗ về an ủi. Bạn nên mua những đồ chơi có nhạc hoặc đĩa CD cho bé nghe, đây đều là những lựa chọn lý tưởng nhất.

Trò chơi hôm nay: Nghe tiếng chuông

Mục đích

Kiểm tra khả năng nghe.

Phương pháp

Đặt chuông vào chỗ bé, lắc một bên, nhịp điệu lúc chậm lúc nhanh, âm thanh lúc to lúc nhỏ, không để bé nhìn thấy chuông, chú ý xem bé có phản ứng với âm thanh của chuông không, có dùng mắt để tìm kiếm nơi phát ra âm thanh không.

NGÀY THỨ 8

Bé lớn lên và rèn luyện

Phần lớn thời gian bé đều nắm chặt tay, bé biết nắm chặt ngón tay của bố mẹ. Bố mẹ có thể cho bé nắm ngón tay, liên

tục kiểm tra khả năng của bé, xem sức cầm nắm dần dần có yếu đi không. Để bé nắm ngón tay bố mẹ, quan sát bé có thể nhấc tay khỏi đệm cao bao nhiêu. Sau một tuần sức nắm sẽ giảm dần đi.

Trò chơi hôm nay: Học cách nắm bắt

Mục đích

Học những động tác của tay, cầm nắm các vật khác nhau để phát triển kinh nghiệm xúc giác.

Phương pháp

Khi bé tỉnh ngủ, dùng ruột bút bi đặt vào tay bé, bé sẽ theo phản xạ nắm một lúc rồi thả ra. Lúc mẹ nói chuyện với bé, lại đặt vào tay bé, dùng tay mình nắm lấy tay bé làm cho bé biết mẹ đang dạy bé phải làm thế nào. Lúc này, bé sẽ buông tay nhiều lần hơn làm cho mẹ nhiều lần đặt tay và giữ chắc tay của mình. Bé bắt đầu cùng chơi đùa với tay của mẹ. Nên tìm một số đồ vật mềm như thú bông, vải... để bé học cách cầm. Có thể tìm thêm một số vật cứng để giúp bé học cách cầm chắc. Những vật liệu khác nhau giúp bé có được những kinh nghiệm xúc giác khác nhau, đặt nền tảng cho khả năng xúc giác sau này.

Ban đầu, phản xạ cầm chặt của bé chỉ có thể duy trì trong một thời gian rất ngắn, sau quá trình luyện tập, thời gian cầm nắm có thể kéo dài hơn. Tác dụng của bài tập này là giúp các ngón tay khỏe mạnh, phát triển các cơ và khả năng duỗi cơ, tốt cho hoạt động cầm, nắm các đồ vật.

NGÀY THỨ 9

Bé lớn lên và rèn luyện

Dùng những lời gọi dịu dàng để kích thích bé. Bạn hãy nói một vài câu nhẹ nhàng bên tai bé, bé sẽ chuyển hướng

theo giọng gọi của mẹ với bé, nếu bạn đổi sang cách gọi khác cũng sẽ có kết quả tương tự. Bé mới sinh thích nghe giọng nói của mẹ, âm thanh này làm cho bé cảm thấy gần gũi, bé không thích nghe những âm thanh ồn ào và vang. Nếu bé nghe thấy những âm thanh này, đầu bé sẽ quay ngược lại hướng với hướng âm thanh, thậm chí còn dùng tiếng khóc để chống lại những loại âm thanh phiền nhiễu này. Để bé phát triển thính lực, trong khi cho bé bú, chỉ cần bé tỉnh giấc, hãy nói chuyện liên tục với bé, dùng những âm thanh truyền cảm, thân mật nói chuyện với bé, bạn còn có thể cho bé nghe những bản nhạc hay, dùng những đồ chơi phát ra âm thanh nhẹ nhàng, điều này giúp thính giác của bé được kích thích.

Trò chơi hôm nay: Gọi bé

Mục đích

Rèn luyện thính giác cho bé.

Phương pháp:

Bố mẹ gọi tên bé với giọng nhẹ nhàng cách tai bé 10mm.

Lưu ý:

Khi bé ngủ, hãy để bé duỗi chân tay tự nhiên. Tùy theo thời tiết và độ ẩm trong không khí, có thể đắp cho bé một cái chăn mềm là được.

NGÀY THỨ 10

Bé lớn lên và rèn luyện

Bồi dưỡng trí tuệ cho trẻ là việc mà bạn nên bắt đầu từ khi trẻ mới sinh. Lúc đó, mọi thứ trên thế gian đối với bé là hoàn toàn mới lạ, não bé bị kích thích bởi vô số những diễn biến và sự việc, sự vật phức tạp, hình thành nên phản xạ có điều kiện. Dần dần, trẻ tăng thêm vốn tri thức, kinh nghiệm và cảm giác như: âm thanh, hình ảnh...

Trò chơi ngày hôm nay: Thực sự thoải mái

Mục đích

Phát triển xúc giác cho bé.

Phương pháp

Mẹ và bé nói chuyện với nhau, trong lúc nói chuyện, mẹ vuốt ve chân, tay của bé, vuốt ve từng ngón tay, ngón chân, lòng bàn tay, lòng bàn chân của bé.

NGÀY THỨ 11

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sẽ mỉm cười khi nghe thấy những âm thanh nhẹ nhàng. Bé có khả năng biểu thị sự hưng phấn và thậm chí là sầu não. Sau khi bé tỉnh giấc, các bà mẹ có thể trò chuyện với bé bằng những lời nói ngọt ngào, dịu êm và tiến hành tập luyện cho thính giác; hát cho bé nghe một vài bài hát; cũng có thể cho bé nghe một vài giai điệu âm thanh êm nhẹ du dương, nhưng chú ý âm thanh đủ nghe, tránh kích động bé bằng các âm thanh quá mạnh, làm cho bé giật mình, ức chế, khó chịu. Khi bé ngủ, cần phải giữ cho phòng ngủ được yên tĩnh.

Trò chơi ngày hôm nay: Cười và cười

Mục đích

Phát triển cảm giác cho bé.

Phương pháp

Khi bé mới chào đời, mỗi khi bé tỉnh dậy, mẹ cần bắt chuyện với bé một cách thân mật, vuốt ve bé, tươi cười với bé, đó chính là trò chơi đơn giản nhưng rất ý nghĩa. Tuy nhiên, khi bé đã giấc ngủ, mẹ hãy đặt bé xuống giường, không bế, ôm hay chơi đùa nữa.

NGÀY THỨ 12

Bé lớn lên và rèn luyện

Em bé nào cũng thích lắng nghe âm thanh của mẹ. Trong khi cho bé bú hay trong lúc chăm sóc bé, thấy bé ngủ dậy thì mẹ hãy lập tức trò chuyện với bé, dùng ngôn ngữ thân mật để bắt chuyện với bé, có thể mở nhạc nhẹ nhàng cho bé nghe, lắng nghe các đồ chơi tạo ra âm thanh để nghe cho bé, nhằm kích thích thính giác của bé.

Mục đích

Giúp bé cảm nhận thông tin của ngôn ngữ, nhanh chóng kích thích xúc cảm cho bé.

Phương pháp

Ví dụ những câu nói “Ồ, bé yêu của mẹ ngủ ngon quá, khi ngủ có mơ thấy mẹ không nào?”, ít nhất mỗi ngày bạn hãy nói 2~3 lần, mỗi lần 2~3 phút.

Chú ý:

Nên trò chuyện với bé, giúp các bé lưu trữ được các thông tin ngôn ngữ tiêu chuẩn, có lợi cho việc phát triển ngôn ngữ.

NGÀY THỨ 13

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé biết mỉm cười và biết ngắm nhìn khuôn mặt của mẹ, chúng còn có thể giao tiếp bằng ánh mắt với người khác.

- ❖ Bế thẳng: Sau khi cho bé bú, mẹ nên bế thẳng bé, tựa đầu bé vào vai mẹ, mẹ nên nhẹ nhàng vỗ vào lưng bé, để giúp bé ợ hơi. Sau đó, các bà mẹ không đỡ phần đầu của bé, để cho đầu của bé có thể tự nhiên dựng

thẳng lên, mỗi lần như thế, sẽ giúp cho bé phát triển các cơ ở phần đầu và cổ.

- ❖ Nằm ngửa: Khi không phải giờ bú của bé, mẹ có thể nằm ngửa trên giường, ôm bé vào lòng, để cho bé ngẩng đầu lên. Việc ngẩng đầu đối với bé là rất khó, nhưng chỉ cần chúng nỗ lực thì có thể làm được.
- ❖ Nằm ngửa: Đặt bé nằm ngửa trên giường, dùng đồ chơi lắc lư chuyển động,逗逗 bé.

Nhắc nhở:

Khi bé vận động, nhiệt độ thích hợp trong phòng là 20 độ C, tốt nhất là giữ độ ẩm trong khoảng 50%~60%. Khi bé dần dần lớn lên, thì các chức năng phát triển, năng lực điều tiết nhiệt độ của cơ thể càng mạnh. Trong phòng ngủ, trẻ mới sinh ra nên cho mặc quần áo nhiều hơn người lớn một bộ. Khi bé được 2~3 tháng, có thể cho bé mặc lượng quần áo giống người lớn. Khi chơi trò chơi với bé, tùy nhiệt độ trong phòng, mẹ nên cho bé mặc ít quần áo một chút.

Trò chơi ngày hôm nay: Bò sấp và xoay đầu

Mục đích

Rèn luyện cơ vùng cổ, dần dần từ xoay đầu tới ngẩng đầu.

Phương pháp

Sau khi bé ra đời được 10 ngày. Sau hai lần cho bé bú, tâm trạng của bé sẽ vui, đặt bé nằm ngửa trên giường. Lúc đó bé sẽ tự xoay chuyển đầu của mình, để dễ dàng hít thở. Nếu bé không thể tự mình xoay chuyển đầu, thì các bà mẹ cần giúp bé làm việc này, để tránh làm cho bé bị ngạt thở. Mỗi ngày tập luyện 2~3 lần, sau vài ngày bé có thể tự mình chuyển xoay đầu được. Lúc đó có thể dùng đồ chơi lắc lư逗逗 bé để gây sự chú ý cho bé, bé sẽ ngẩng đầu lên nhìn, dần dần sẽ tập được phần đầu cho bé.

NGÀY THỨ 14

Bé lớn lên và rèn luyện

Mới sinh ra, bé đã có phản xạ bước, phản xạ này sẽ mất đi sau khoảng 56 ngày. Trong thời kỳ đầu, có thể tận dụng tối đa loại phản xạ này để tập luyện cho bé.

- ❖ Có thể bắt đầu từ ngày thứ 8 sau khi bé chào đời, mỗi ngày tập luyện 3~4 lần, mỗi lần tập 1~3 phút.
- ❖ Tập bài tập này sau khi bé bú sữa xong khoảng nửa tiếng, hoặc khi bé tỉnh dậy sau một giấc ngủ ngon.
- ❖ Hai tay mẹ đỡ lấy nách bé, các ngón tay cái của mẹ giữ đầu của bé, không đi bít tất cho bé, hãy để chân của bé tiếp xúc với mặt đất. Như thế bé sẽ tự mình điều tiết được bước đi một cách dễ dàng.

Nhắc nhở:

- ❖ Không được cho bé tập bài tập này vào những ngày đầu mới được sinh ra.
- ❖ Mẹ cần đóng vai trò là người chơi để tập luyện cho bé.
- ❖ Nếu bé không thích đi thì không nên ép chúng đi.
- ❖ Khi bé bị mệt hay bị ốm thì không nên cho bé tập.

Trò chơi ngày hôm nay: Bắt đầu tập bước

Mục đích

Tăng phản xạ bước.

Phương pháp

Mẹ nằm trên chiếc giường cứng hay chiếc bàn gỗ. Giữ nách bé, dùng tay cái đỡ lấy phần đầu của bé. Để chân của bé bước đi trên nền cứng, bé sẽ tự mình điều tiết các bước đi. Đây chính là phản xạ đi đặc biệt của bé, đó chính là loại phản xạ không điều kiện mang tính bẩm sinh. Từ ngày thứ tám sau khi bé chào đời, mỗi ngày tập luyện từ 3~4 lần, mỗi lần

từ 1~3 phút. Khi bé đang tập bước, chúng ta cần phải cổ vũ bé bằng các câu nói như “Đi nào, con!”, luyện cho bé phát triển thính giác và năng lực cơ thể. Được tập bài tập này, khoảng 10 tháng tuổi, bé có thể đi được. Nếu không rèn luyện, phản xạ đi bẩm sinh của bé sẽ mất đi trong vòng 56 ngày, và đến khi 13~15 tháng tuổi thì bé mới có thể tự đi lại được. Tập luyện các động tác có thể giúp não bé phát triển, đặc biệt là tiểu não của bé. Ngoài ra, bài tập này còn có lợi cho sự phối hợp cân bằng giữa thị giác, thính giác và các cơ quan khác trong cơ thể, làm cho các động tác của bé nhịp nhàng, linh hoạt, mở rộng phạm vi thị giác và thính giác, thúc đẩy sự phát triển trí tuệ cho bé.

Lưu ý:

Đối với các bé sinh non, sinh nhẹ cân, hay bé bị ốm, cơ thể suy nhược và bé không muốn tập luyện thì chúng ta không nên bắt ép bé. Có một vài bé đặc biệt rất thích đi lại, nhưng không vì thế mà chúng ta kéo dài thời gian luyện tập, cần chú ý rằng mỗi ngày chỉ tập luyện 1~3 phút, dù bé đi được 10 bước lại cho bé nghỉ ngơi, vì xương của bé lúc này chưa được cứng cáp.

NGÀY THỨ 15

Bé lớn lên và rèn luyện

Từ lúc hai tuần tuổi, bé đã có thể có các cử chỉ vuốt ve khuôn mặt của mẹ. Mẹ lè lưỡi ra thì bé cũng bắt chước lè lưỡi; mẹ há miệng thì bé cũng bắt chước há miệng, nói chung mẹ làm gì thì bé cũng bắt chước làm theo. Các mẹ hãy thử đùa với con xem con có bắt chước hành động giống mình không. Có thể thấy rằng, con của ai thì hành vi, biểu hiện sẽ giống người ấy. Vì vậy, các bà mẹ đừng làm các hành động không tốt để các bé bắt chước.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chuyện với người thân

Mục đích

Kích thích để bé có mong muốn giao lưu, thúc đẩy sự giao lưu tình cảm.

Phương pháp

Khi chăm sóc bé, bố mẹ nên bắt chuyện với bé thường xuyên, khẩu hình có thể nhấn nhá cho sinh động, ngữ điệu cũng nên thay đổi, có lúc thì chuyện trò nhẹ nhàng, có lúc thì phát ra các âm dài, có khi là huýt sáo, lè lưỡi, chuyển động quai hàm, tặc lưỡi... Lúc đó, bạn sẽ phát hiện ra rằng các bé của chúng ta không phải lắng nghe một cách thụ động, mà chúng còn bắt chước các động tác giống y hệt chúng ta. Nếu người lớn ho thì bạn sẽ phát hiện ra rằng bé cũng bắt chước ho. Khi bé khóc, bố mẹ thử bắt chước bé, ngay lập tức bé sẽ ngừng khóc, bé sẽ im lặng lắng nghe xem tiếng khóc được phát ra là của mình hay là của người khác. Sau đó bé sẽ kêu vài tiếng giống như là khóc, đây chính là âm thanh đầu tiên mà bé phát ra không giống tiếng khóc. Có được sự trải qua như thế, các bé mới được kích thích để phát ra tiếng kêu một cách hứng thú.



Trước khi đầy tháng, bé có thể học được cách mô phỏng các âm thanh phát ra. Nếu không có người dẫn dắt thì quá trình này phải kéo dài thêm 3~4 tháng nữa. Điều then chốt ở chỗ các âm thanh mà bố mẹ phát ra

phải có sự hồi lại âm thanh từ các bé, khi người mẹ đối đáp các âm thanh một hô một ứng, các bé sẽ tạo thành một mong muốn giao lưu có niềm vui tiếng cười trong đó, thúc đẩy các bé tự mình phát ra âm thanh.

NGÀY THỨ 16

Bé lớn lên và rèn luyện

Con người thông qua thị giác để nhận thức thế giới muôn màu, muôn dạng. Khi bé mới chào đời, chúng đã có năng lực thị giác. Các bé sinh sớm (34 tuần) và các bé sinh đủ tháng đều có năng lực thị giác. Hoạt động thị giác của bé là phương thức quan trọng để biểu đạt tình yêu. Trong quá trình mắt quan sát đồ vật, có thể kích thích sự phát triển của não, 85% kiến thức mà con người tích lũy được đều thông qua thị giác.

70% thời gian của các bé mới chào đời là dành cho ngủ, cứ 2~3 tiếng chúng lại tỉnh dậy một lần, khi các bé mở mắt ra, có thể thử cho các bé nhìn khuôn mặt mẹ, vì năng lực điều tiết khoảng cách thị giác của bé kém, tốt nhất mặt mẹ nên cách mặt bé khoảng 19cm. Còn có thể đặt một đồ chơi hình tròn màu hồng tại chỗ cách bé khoảng 20cm, để gây sự chú ý cho bé, sau đó lắc lư, chuyển động đồ chơi lên xuống, sang trái, sang phải, các bé sẽ dần dần chuyển động đầu và mắt để dõi theo hướng đồ chơi để bắt lấy. Các bé khoẻ mạnh khi tỉnh dậy, thông thường chúng có năng lực chuyển động đầu và mắt để theo đuổi một vật thể chuyển động với mức độ khác nhau. Sau nửa tháng khi bé chào đời, chúng ta có thể tập luyện về thính giác cho chúng. Có thể cho chúng xem những bức tranh có màu sắc sáng trong, nhưng nên chú ý rằng, những đường nét và ánh sáng quá mạnh sẽ không tốt cho việc phát triển thị giác của bé. Vì vậy, ánh sáng trong

phòng của các bé phải là ánh sáng dịu, đồng thời không nên chiếu ánh sáng trực tiếp vào mắt bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhìn khuôn mặt

Mục đích

Tập luyện cho thị giác.

Phương pháp

Các bé mới sinh ra thích nhìn các bức vẽ to, đặc biệt là hình khuôn mặt người lớn. Nếu bạn không mua được tranh to, bạn có thể tự vẽ một bức, vẽ những hình mặt đơn giản, phối hợp với cái mũi, miệng, mắt, tóc, lông mày, lông mi... có kiểu dáng khác nhau là được. Dán chúng lên trên thành giường, hay trên tường trước mặt bé. Thu hút mạnh nhất vẫn là các bức vẽ màu nâu trắng to, khi các bé chán bức hình đó, chúng ta lại tiếp tục vẽ thêm bức tranh khác để thay thế.

NGÀY THỨ 17

Bé lớn lên và rèn luyện

Tiếng gọi, tiếng hát hay tiếng nói chuyện thân mật của người mẹ kích thích bé rất tốt. Các bé có thể dần dần quen thuộc được tiếng nói của mẹ, đồng thời chúng còn chú ý tới khẩu hình từ miệng mẹ phát ra âm thanh và tiếng nói. Mẹ thường xuyên chơi đùa với bé, bé sẽ cảm thấy rằng âm thanh gần gũi của mẹ chúng chính là tình yêu của mẹ dành cho chúng, tình yêu thân mật của mẹ sẽ đem lại cho chúng nhiều niềm vui. Các bé nằm trong lòng mẹ, các ngón tay của chúng nắm lấy ngón tay của mẹ, hay là chúng vuốt ve khuôn mặt của mẹ, có thể giúp bé tiếp xúc với sự kích thích xúc giác.

Các bé từ 0~1 tuổi tuy không thể nói chuyện được, cũng không thể tự do đi lại được, nhưng chúng có thể nghe, nhìn, ngửi, sờ mó, nắm, phân biệt màu sắc...

Trò chơi ngày hôm nay: Thắp đèn

Mục đích

Tập luyện cho thị giác.

Phương pháp

Thời gian đầu, khi bé mới sinh ra, chúng ta có thể đặt trong phòng ngủ vài chiếc đèn lồng có ánh sáng dịu, thắp đèn một lúc xong lại tắt đi, tập luyện mở và thu nhỏ con ngươi cho bé.

Chú ý:

Chú ý tới độ dịu của tia sáng, để tránh làm hại thị lực của bé. Đồng thời, thời gian của trò chơi này không được quá dài, tần số không được quá cao.

NGÀY THỨ 18

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé có thể phân biệt được âm thanh, dùng máy ghi chép lại các hoạt động cơ bắp của bé mới sinh, tốc độ nhịp tim và sự thay đổi hô hấp, sẽ phát hiện ra rằng bé sẽ có các phản ứng khác nhau với những âm thanh khác nhau. Nếu chúng có phản ứng quá mạnh đối với ngữ âm của ta, chúng có phản ứng các động tác khi nghe người khác nói chuyện, có thể đưa ra các động tác phù hợp với nội dung nói chuyện, nhưng các phản ứng này chỉ có thể xuất hiện thông qua băng ghi âm, dùng mắt trần thì không thể thấy được.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe tiếng của hạt đậu

Mục đích

Tập luyện thính giác.

Phương pháp

Thính giác của các bé mới sinh ra rất nhạy cảm, nếu chúng ta đặt một hạt đậu vào trong hộp nhựa, lúc bé tỉnh ngủ, lắc nhẹ chiếc hộp cách tai bé khoảng 10cm, đầu của bé sẽ chuyển động theo hướng của chiếc hộp đó, có bé còn dùng mắt để tìm xem âm thanh được phát ra từ đâu, cho tới khi chúng nhìn thấy hộp đó mới thôi.

Nếu chúng ta kích thích bé bằng các tiếng gọi mềm mại, hay một vài âm thanh rất nhỏ, bé sẽ chuyển về hướng mà chúng ta phát ra âm thanh, nếu chúng ta phát ra tiếng hô tại vị trí khác thì chúng cũng có hành động tương tự. Các bé mới sinh thường thích nghe âm thanh của mẹ, các âm thanh này sẽ làm cho bé cảm thấy thân mật. Bé không thích nghe các âm thanh ồn ào và quá vang. Nếu chúng nghe thấy các âm thanh ồn ào và quá vang, đầu của chúng sẽ chuyển theo hướng ngược lại, thậm chí chúng còn khóc to lên để át đi âm thanh đó.

Nhằm phát triển khả năng thính giác của bé, khi bạn cho bé bú hay chăm sóc bé, chỉ cần bé tỉnh giấc thì ngay lập tức nói chuyện với bé, dùng ngữ điệu dịu dàng, thân mật để chuyện trò. Bạn cũng có thể mở những bản nhạc nhẹ nhàng cho bé nghe hay khẽ lắc đồ chơi để tạo ra các âm thanh nhẹ nhàng, điều này kích thích thính giác của bé phát triển.

NGÀY THỨ 19

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé mới sinh có vị giác rất tốt, từ sau khi sinh ra chúng có thể phân biệt được mùi vị của thức ăn rất tinh tế. Nếu cho bé mới sinh được 1 ngày uống nước ngọt có nồng độ khác nhau, bé sẽ phát hiện ra rằng bé khá thích uống các loại nước tương đối ngọt, với thức uống đó, trẻ sẽ hút càng

nhanh, vì vậy uống càng nhiều; trong khi loại nước đường khá nhạt bé sẽ uống ít; bé có biểu hiện tỏ ra không vui đối với các loại nước có vị chua, đắng và nhạt, nếu chúng uống phải nước cam chua thì lông mày của bé nheo lại. Các bé mới sinh còn có thể phân biệt và nhận biết được các mùi vị khác nhau. Khi bé bắt đầu ngửi thấy một mùi hương nào đó, bé sẽ có các phản ứng như tim đập nhanh và lượng hoạt động biến đổi, đồng thời có thể quay đầu về hướng tỏa ra mùi hương đó, đó chính là các biểu hiện rằng bé rất thích thú với mùi hương.

Trò chơi ngày hôm nay: Ở đây chứ!

Mục đích

Làm cho bé phát ra tiếng cười.

Phương pháp

Các bà mẹ lấy tay bịt mắt mình và nói với bé: “Bé ở đâu nhỉ? Bé đi đâu rồi?” Sau đó mở mắt ra: “Ú oà, ở đây chứ! để cho bé quan sát sự thay đổi nét mặt của mẹ, đồng thời chọc cho bé cười.

NGÀY THỨ 20

Bé lớn lên và rèn luyện

Nửa tháng sau khi bé được sinh ra, bé có thể tập luyện về thị giác. Ví dụ cho bé xem bức họa có màu sắc trong sáng. Nên chú ý rằng, các tia sáng quá gắt sẽ có ảnh hưởng không tốt cho sự phát triển thị giác của bé. Vì vậy, ánh sáng trong phòng của bé mới sinh phải dịu, đồng thời không được trực tiếp rọi vào mắt bé. Ti vi nên đặt xa giường và không được cho bé xem ti vi.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát

Mục đích

Phát triển thính giác cho bé, bồi dưỡng sức chú ý cho bé.

Phương pháp

Sau khi bé thức dậy thì mẹ có thể hát cho bé một bài hát, không cần hát lâu chỉ cần hát vài câu thôi là được, như “Chiếc tai nhỏ bé, linh hoạt, nghe thật rõ những âm thanh này.”, “Cái miệng nhỏ bé, có nhiều tác dụng, ăn cơm, hát hò đều do mày.”, “Con ếch vãi, ta yêu mày, ôm ếch mà cười ha ha”...

NGÀY THỨ 21

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bố mẹ bé nói chuyện với bé bằng ngôn ngữ thân mật, bé sẽ vận động theo tiết tấu của âm thanh, đầu chuyển động, tay giơ lên, đùi duỗi thẳng. Khi bố mẹ tiếp tục nói chuyện, bé sẽ biểu diễn một vài động tác như vũ đạo, bé còn biết dựng mào, duỗi chân, nhếch vai, có cả điệu bộ sắc thái trên khuôn mặt, giống như nhìn một cách hoài nghi và mỉm cười.

Các bé có khả năng phản xạ nắm bắt đồ vật, khi đặt một đồ chơi chạm vào tay bé, bé sẽ thụt tay vào, nếu bé nắm lấy đồ chơi đó thì nó sẽ nắm rất chắc, khi mẹ dùng sức kéo đồ chơi ra thì cơ thể của bé cũng bị kéo theo. Hai phản xạ có điều kiện này phát triển bình thường cùng với hệ thống thần kinh và sẽ mất đi sau 3 tháng.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với tay

Mục đích

Tập luyện động tác của tay, không chỉ là vận động, quan trọng hơn là kích thích não của bé hoạt động.

Phương pháp

1. Chơi với tay: Đặt bé nằm trên giường, bé sẽ đặt tay trái của mình vào trong tay phải và ngược lại, bé chơi thế mãi cũng không chán.

2. Nắm: Mẹ vuốt nhẹ lên tay bé, bé sẽ ngay lập tức nắm chắc lấy ngón tay của mẹ không buông ra.

3. Nắm lấy nắm đấm: Bé mới sinh ra, nắm tay rất chắc. Nhằm tăng cường năng lực hoạt động tay cho bé, mẹ có thể vuốt nhẹ tay bé duỗi thẳng ra, sau đó đặt một đồ chơi bằng nhung mềm vào lòng bàn tay của bé, chắc chắn các bé sẽ nắm chặt lấy đồ chơi đó.

Chú ý

Không được dùng lực để duỗi tay bé vì như thế sẽ làm hại các ngón tay non nớt, mềm yếu của bé.

NGÀY THỨ 22

Bé lớn lên và rèn luyện

Các chức năng phản xạ có điều kiện bị động thuộc loại bản năng đơn thuần, ví dụ như chúng ta dùng ngón tay chạm vào miệng và mặt của bé, các bé sẽ tưởng rằng đó là đồ ăn, và sẽ há miệng theo hướng bị chạm vào, có các động tác như hút.

Các ông bố bà mẹ hiện đại, phải khơi dậy tiềm năng của trẻ. Nếu tiềm năng của mỗi đứa bé được khơi dậy, đó sẽ là niềm may mắn nhất của đời người. Mỗi ông bố bà mẹ nên coi khai thác tối đa tiềm năng của bé là nhiệm vụ giáo dục quan trọng, và thực hiện việc này ngay khi bé ra đời.

Các bé mới sinh có bản năng nhìn chăm chú, nhưng chỉ là tạm thời. Phản xạ ánh mắt sẽ đi theo các vật thể gần, chẳng hạn bé có năng lực điều tiết thị lực ở những vật cách bé 15cm, điều tiết bằng hai mắt.

Khi đầy 1 tháng tuổi, bé có thể phân biệt được các âm tố có độ nhỏ khác nhau như "rít", "pằng"...

Trò chơi ngày hôm nay: Ngắm nhìn mẹ

Mục đích

Tập luyện thính giác và thị giác cho bé.

Phương pháp

Mẹ gọi tên của bé, vừa nói chuyện với bé vừa đi tới gần giường bé, xem bé có chú ý tới mình không, cũng có thể nói chuyện với bé cạnh giường, để bé chú ý tới mẹ, sau đó dần dần rời xa, xem bé có dùng ánh mắt để dõi theo không.

NGÀY THỨ 23

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé đầy tháng, bé có thể nằm ngửa trên giường và ngẩng đầu, đầu cách khỏi giường trong 3 giây; bé có thể chăm chú nhìn các vật thể hoạt động trước mặt bé; khi bé khóc chỉ cần nghe thấy âm thanh là lập tức nín ngay; ngoài tiếng khóc ra bé còn biết gọi; hai tay còn biết cầm chặt cây bút; còn biết há miệng như muốn nói chuyện.

Trò chơi ngày hôm nay: Đùa cho bé cười

Mục đích

Khơi dậy hứng thú cho bé.

Phương pháp

Các bé càng sớm biết cười thì càng thông minh, các bé mới sinh thông thường trong NGÀY THỨ 10~20 là có thể biết cười. Nếu 1~2 tháng mà bé không biết cười, cần phải đưa bé đi bệnh viện kiểm tra. Cười cũng cần phải học. Từ ngày đầu tiên khi bé

sinh ra, bố mẹ cần phải cười trước mặt bé, và đùa cho bé cười. Các bà mẹ nên thường xuyên cười nói với bé. Thị lực của bé mới sinh khá kém, bé không nhìn rõ các vật cách nó xa, ngày nào bố mẹ đã dạy cho bé học cười thì nên ghi chép vào cuốn sổ ghi chép sự trưởng thành của bé.

NGÀY THỨ 24

Bé lớn lên và rèn luyện

Cơ thể của bé tiếp xúc càng nhiều với thế giới xung quanh thì sự kích thích bộ não của bé càng mạnh. Xúc giác chính là thứ nhạy cảm nhất của các bé mới sinh, đặc biệt là môi và khuôn mặt.

Khi tay bé chạm vào một vật nào đó thì ngay lập tức bé nắm chặt, và bé rất nhạy cảm với lạnh hay nóng. Mũi của bé cũng hay nhạy cảm, bé có thể phân biệt được các mùi hương khác nhau. Ví dụ khi bé ngửi thấy mùi lạ kích thích mũi, thì bé sẽ thể hiện trạng thái trên nét mặt bất an, bé sẽ hít sâu không theo quy tắc nào cả, các mạch đập cũng rộn ràng lên, và cố gắng tránh xa các hương mùi không thơm.

Trò chơi ngày hôm nay: Vuốt ve làn da của bé

Mục đích

Tăng cường tình cảm thân thiết mẹ con, giúp bé thư giãn, khoẻ mạnh.

Phương pháp

Khi bé tỉnh giấc hoặc khi nói chuyện thì thầm với bé, mẹ có thể vuốt ve nhẹ nhàng làn da của bé. Có thể vuốt ve đầu, chân tay, đùi, bụng, vai, chân, lòng bàn tay... Mỗi lần làm động tác này ít nhất là 3~5 phút, mỗi ngày 15 phút trở lên.

Chú ý:

Sau khi bé tắm xong nhất định chúng ta phải massage cho bé. Trước khi massage cho bé, chúng ta phải rửa sạch tay, cắt sạch móng tay, tháo hết các đồ trang sức bằng kim loại.

Có thể massage cho bé qua một lớp áo mỏng, hoặc dùng khăn tay mềm để massage cho bé.

Sau khi đi làm về nhà, chúng ta không được ngay lập tức vào phòng của bé, nên thay đồ, rửa sạch tay chân và mặt mũi, sau đó chúng ta mới có thể tiếp xúc với bé được. Quần áo của bé và của sản phụ cần được giặt sạch sẽ, chăm giặt chăm thay.

Xích hai đầu dây thừng vào trên lan can của giường bé, để chắn ngay giường của bé, chú ý nên buộc vào vị trí mà bé không thể với tới được, dùng chiếc kẹp áo kẹp các đồ chơi nhiều hình thù và có màu sắc sặc sỡ lên dây thừng để gây sự chú ý cho bé. Khi các bé ăn no uống no, bé sẽ ngấm nhìn đồ chơi một cách chăm chú với đủ màu sắc, nhiều hình thù, bé sẽ rất vui; chúng ta nên thay đổi các đồ chơi này thường xuyên.

NGÀY THỨ 25

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé chưa biết nói chuyện mà bé chỉ biết khóc. Khi bé khóc, bố mẹ nên mô phỏng lại tiếng khóc của bé, các bé có xu hướng rất nhạy cảm với loại phản ứng này, bé sẽ ngừng khóc để lắng nghe, sau đó lại khóc. Chúng ta càng mô phỏng tiếng bé khóc, thì bé sẽ càng chăm chú lắng nghe. Sau đó, bé sẽ tự nhiên phát ra các tiếng "a", "ô", lúc đó chúng ta có thể phát ra âm giống bé, đây chính là điểm bắt đầu của nói chuyện. Các bà mẹ cũng có thể thì thầm nhỏ nhẹ bên tai bé, gọi yêu tên của bé lên.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhận ra mẹ bé

Mục đích

Tăng cường mối quan hệ mẹ con.

Phương pháp

Sau khi sinh bé 1~2 tuần, chúng ta có thể ôm bé khi bé tỉnh, nhìn vào khuôn mặt của bé với khoảng cách 20~30 cm. Mắt mẹ nhìn vào mắt bé, cùng với bé trò chuyện một cách nhẹ nhàng, đồng thời có thể vuốt ve khuôn mặt của bé hoặc để cho các ngón tay của bé nắm chắc lấy ngón tay trỏ của mẹ, lay động các ngón tay một cách chậm chậm. Lúc này mẹ có thể dỗ bé bằng việc hát cho bé một bài hát hoặc thì thầm những lời nói âu yếm bên tai bé, mỗi ngày chúng ta vừa ôm bé vừa làm như vậy một lúc. Trò chơi này xem ra đơn giản, nhưng chúng đóng vai trò vô cùng quan trọng trong việc tăng cường sự giao lưu gắn kết tình cảm giữa mẹ con, làm cho bé có thể tiếp nhận được sự an toàn, ấm áp, cảm nhận được tình thương dạt dào của mẹ khi nằm trong lòng mẹ. Tình yêu và sự vuốt ve của mẹ mang đến cảm giác an toàn như khi bé nằm trong tử cung của mẹ, điều này đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển trung tâm xúc cảm cho bộ não của bé. Trò chơi này còn có thể thúc đẩy sự phát triển năng lực nhận biết cho bé. Các bé có độ tuổi từ 1~2 tháng có thể nhìn rõ các đồ vật cách bé 20~30cm, khi mẹ nhìn bé thì bé có thể nhìn thấy được nụ cười, khuôn mặt dịu hiền của mẹ. Bài tập này giúp luyện thị lực cho bé.

Rèn luyện các động tác phát âm: Mẹ ngồi cách bé khoảng 20cm và có các động tác như há miệng to để dạy cho bé há to miệng. Tiếng gọi, bài hát và những lời thì thầm thân mật khi mẹ đối diện với bé có thể kích thích và làm phong phú thêm âm thanh cho bé. Bé có thể dần dần quen thuộc với ngữ âm của mẹ, đồng thời bé còn chú ý đến mối quan hệ giữa động tác và âm thanh phát ra từ miệng của mẹ bé, bé

cũng có thể học được các động tác của miệng. Thường xuyên chơi trò chơi này, các bé có thể cảm nhận những âm điệu thân thiết, cảm nhận được tình yêu của mẹ dành cho bé. Tình mẹ sẽ mang lại cho bé niềm vui vô giá. Khi bé nằm gọn trong lòng mẹ, bé thường nắm chắc lấy ngón tay của mẹ hoặc bé sẽ vuốt ve khuôn mặt của mẹ, điều này có thể kích thích xúc giác của bé.

Các trò chơi giới thiệu ở đây, người lớn có thể cảm thấy thật vô vị và khô khan cứng nhắc, nhưng chỉ cần có thể vui vẻ chơi cùng các bé, thì các bé sẽ cảm thấy nó thật thú vị và các bé sẽ lớn dần qua những trò chơi này.

Các bé mới sinh ra thường thích quan sát khuôn mặt, chủ yếu là các đường nét và đôi mắt trên khuôn mặt; nhưng bé cũng có xu hướng thích ngắm nhìn các đồ vật động đây, ví dụ đôi môi đang nói chuyện, nếu bố mẹ bé nói chuyện một cách sinh động, đôi mắt chuyển động, đôi môi mấp máy vừa mở vừa khép, thì các bé cũng có thể mấp máy môi và thè lưỡi bé ra. Nếu ta duỗi 5 ngón tay ra trước mặt bé với khoảng cách 20~25cm, sau đó dùng đưa đi lại trước mặt bé với khoảng cách 30cm, thì các bé sẽ nhìn theo các ngón tay đó, nhìn mãi cho tới khi khoảng cách của bàn tay xa dần.

NGÀY THỨ 26

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé mới sinh ra không thể nhận biết được các màu sắc, nhưng màu sắc lại có vai trò nhất định trong việc kích thích thị giác của bé. Chúng ta có thể để cho bé nhìn vào những nơi có sự so sánh giữa màu trắng và đen, ví dụ như phần trên khuôn mặt của ta. Các bé rất thích ngắm nhìn các nét uốn lượn của vật thể, đồng thời bé cũng thích ngắm nhìn các vật thể chuyển động.

Chức năng phản xạ có điều kiện của bé mới sinh có sự

phân chia giữa chủ động và bị động, phản xạ có điều kiện chủ động được hình thành qua các cơ quan cảm giác như: tai, mắt, mũi, miệng, da... Các chức năng phản xạ có điều kiện bị động thuộc loại bản năng đơn thuần, ví dụ như chúng ta dùng ngón tay chạm vào miệng và mặt của bé, các bé sẽ tưởng rằng đó là đồ ăn, và sẽ há miệng theo hướng bị chạm vào, có các động tác như mút. Đây là loại bản năng đi tìm đồ ăn của bé, dùng để duy trì tuổi thọ. Lại có ví dụ tiếp theo, bé còn có chức năng phản xạ nắm bắt đồ vật, khi chúng ta chạm một đồ chơi có thể cầm nắm được vào tay của bé, thì bé sẽ cầm lấy đồ chơi này rất chắc. Nếu bé nắm chắc đồ chơi này, khi chúng ta dùng lực để kéo đồ chơi này ra thì chúng ta có thể thấy cơ thể của bé cũng sẽ bị lôi theo. Hai loại phản xạ này phát triển bình thường theo hệ thống thần kinh của bé, phải đến 3 tháng mới có thể biến mất.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Xác định khí chất (tính cách) của bé là loại hình hoạt bát, loại hình yên tĩnh hay là loại hình bình thường, điều này có ý nghĩa vô cùng quan trọng trong việc giáo dục bé.
- ❖ Khi chăm sóc cho bé không được chiếu ánh sáng gắt vào mặt bé.
- ❖ Ôm ấp và vuốt ve bé thật nhiều, massage làn da toàn thân của bé, và trò chuyện với bé.
- ❖ Thường xuyên cười đùa, chơi với bé bằng các bài hát, các trò chơi để giúp cho bé cười thoải mái.

Trò chơi ngày hôm nay: Xem xem là cái gì

Mục đích

Phát triển thị giác cho bé.

Phương pháp

Khi bé tỉnh dậy, chúng ta có thể giơ một tờ giấy nửa

trắng nửa đen di động qua lại trước mặt bé khoảng 30cm, quan sát xem bé có đang chú ý không.

NGÀY THỨ 27

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé mới sinh ra chưa hiểu được ngôn ngữ. Vì vậy, có rất nhiều các bậc cha mẹ cho rằng con mình không hiểu được ngôn ngữ thì không cần nói chuyện với trẻ làm gì, cho dù cùng trò chuyện với nó cũng chẳng được ích lợi gì. Thực ra, không nói chuyện với bé là hoàn toàn sai lầm. Theo nghiên cứu khoa học cho rằng: cho dù các bé không thể nói chuyện được, không hiểu được ngôn ngữ, tuy nhiên những lời nói của bố mẹ bé không ngừng được ghi nhớ vào trong bộ não của bé. Tuy trên bề mặt ngôn ngữ bé không thể phát ra trực tiếp, nhưng sự kích thích của ngôn ngữ tới bé có ảnh hưởng tới các tế bào não của bé một cách kỳ diệu.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe mẹ nói chuyện

Mục đích

Bồi dưỡng tình cảm mẹ con.

Phương pháp

Cho bé bú sữa là cơ hội tốt nhất để gắn kết tình cảm mẹ con, mẹ cần phải vừa nói chuyện với bé vừa cho bé bú sữa. Khi bé đói, được mẹ cho bú, bé cảm thấy rất vui vì được nghe âm thanh của mẹ. Việc chuyện trò với con khi cho con bú giúp xóa bỏ sự cô độc và sợ hãi khi bé mới chào đời sống trong một môi trường mới lạ, hơn nữa còn vô cùng quan trọng trong việc phát triển trung tâm cảm xúc của bộ não bé.

Lời khuyên của chuyên gia

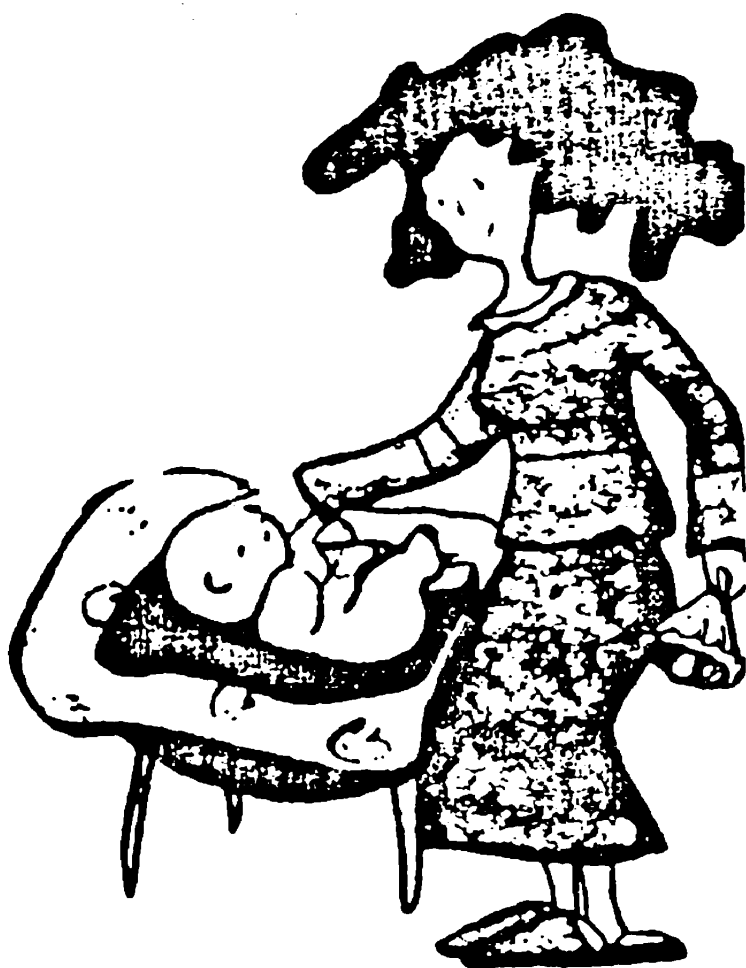
- ❖ Đảm bảo cho giấc ngủ của bé được mỗi ngày 20 tiếng.

- ❖ Bé không được ngủ trong chiếc giường quá mềm, gói dùng cho bé cũng không được quá to và quá mềm, tốt nhất nên cho bé ngủ tại giường đơn, tránh làm bé giật mình.
- ❖ Khi cho bé uống sữa bò hay tắm rửa cho bé, phải tránh làm bé bị bỏng, bị thương.
- ❖ Cách li động vật trong nhà xa với bé, tránh cho bé có thể bị con vật này cắn.

NGÀY THỨ 28

Bé lớn lên và rèn luyện

Năm đầu tiên khi bé được sinh ra, sự phát triển về cơ thể, năng lực và trí tuệ của bé rất nhanh, bố mẹ có thể ghi lại quá trình bé lớn lên. Xác định cứ 3 tháng lại là ngày bé chụp ảnh một lần, chuẩn bị trước các đạo cụ, sau đó chụp lại ngày hoạt động đầu tiên của bé. Chụp các cảnh bé đang chải đầu, đang mặc quần áo, khi bé tỉnh dậy, khi bé ăn cơm, khi bé đang chơi đùa... và lưu giữ chúng lại làm kỷ niệm cho bé sau này.



Sau khi bé sinh ra, bé không ngừng phát triển, có rất nhiều thứ đáng để làm vật kỷ niệm. Các phiếu nhỏ kiểm tra khi bé từ bệnh viện trở về, từng đôi giày khi bé đi và các món

quá nhỏ những người bạn thân tặng cho bé... tất cả đều là những đồ vật vô cùng có giá trị đối với bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Âm thanh ở đâu

Mục đích

Phát triển thị lực và vận động phần cổ cho bé.

Phương pháp

Dùng các loại đồ chơi phát ra các âm thanh lắc lư trên đầu bé, quan sát xem bé có chuyển động đầu theo âm thanh đó không và đi tìm âm thanh đó.

Chú ý:

Tránh để người khác lại tiếp xúc với bé, chúng ta có thể từ chối nhẹ và khéo nếu có người thân đến thăm bé, để tránh việc lây nhiễm hơi thở gây bệnh truyền nhiễm từ người bệnh sang cho bé. Nhất định không được hút thuốc lá trong phòng ngủ của bé.

Theo dõi sự phát triển của bé 1 tháng tuổi

- ❖ **Thể trọng:** Tăng trưởng trọng lượng trung bình là 800~1000 gam
- ❖ **Chiều cao:** Tăng trưởng bình quân: 2,5cm
- ❖ **Các động tác lớn:** Hai tay của bé đan chéo trước ngực, đầu ngẩng và chuyển động sang trái và phải. Hai tay đỡ lấy vai của bé và ngồi vững, phần đầu có thể thẳng được 2 giây trở lên.
- ❖ **Các động tác chi tiết:** Đưa cho bé các vật như cây bút thì bé có thể nắm chắc được 10 giây trở lên.
- ❖ **Ngôn ngữ:** Khi mẹ nhìn đối diện với bé, và trò chuyện với bé, khi bé vui bé sẽ phát ra các âm thanh rất nhỏ.
- ❖ **Sự nhận biết:** Khi đưa khuôn mặt của mình gần bé khoảng 20cm thì bé có thể chăm chú ngắm nhìn 7 giây trở lên, dùng chiếc que đã cài chiếc chuông hoa lắc lư trên đầu của bé, bé sẽ chuyển động đầu để đi tìm âm thanh đó.
- ❖ **Hành vi:** Các bà mẹ dùng tay xoa đầu cho bé để thu hút bé, các bé có thể phát ra tiếng cười trước khi đầy tháng.
- ❖ **Tự lo liệu:** Khi các bà mẹ phát ra các âm thanh, thiết lập nên phản ứng có điều kiện, bé sẽ có các phản ứng với loại âm thanh này.

THÁNG THỨ 2

- Bồi dưỡng thói quen sinh hoạt có quy luật cho bé.
- Thúc đẩy sự phát triển cảm giác cho bé bằng sự vuốt ve, tiếng cười và âm thanh của mẹ.
- Để cho bé tập được thói quen nằm ngửa, mỗi ngày tập hai lần, mỗi lần 30 phút.
- Duy trì các động tác ngoài trời và tắm rửa cho bé.
- Kích thích các bé phát ra âm thanh.
- Giúp bé có thể nhìn đồ vật một cách rõ ràng, theo dõi được sự hoạt động của các đồ vật, và có thể chú ý tới chúng. Kích thích các bé đi tìm và quan sát đồ vật.
- Đầu bé ngẩng lên và có thể kéo dài được 30 giây.
- Biểu lộ trên khuôn mặt của bé rất phong phú, khi có người chơi đùa với bé thì bé có thể đưa ra các phản ứng tương ứng, bé có thể thể hiện được niềm vui và không vui.
- Khi bé nghe được âm thanh quen thuộc thì bé sẽ ngừng khóc. Bé biết ngậm tay của mình.

NGÀY THỨ 29

Bé lớn lên và rèn luyện

Trọng lượng cơ thể là chỉ tiêu quan trọng trong việc phát triển cho bé. Những đứa bé phát triển bình thường, trọng lượng cơ thể khi đầy tháng tăng hơn 1000gam so với những đứa mới sinh ra.

Sự phát triển ngữ âm của bé sơ sinh thông thường được chia làm bốn giai đoạn, giai đoạn đầu tiên là tiếng khóc có ý nghĩa của bé, những người mẹ tận tình, thấu đáo có thể phân tích và lí giải các ý nghĩa của các âm thanh mà bé phát ra. Giai đoạn thứ hai là sau khi bé đầy tháng, ngoài tiếng khóc ra, bé bắt đầu phát ra các thứ tiếng khác, những thứ tiếng phát ra này còn phức tạp hơn cả tiếng khóc, đồng thời bé còn dùng các cơ quan phát ra âm thanh như: môi, lưỡi và khoang miệng... để phát ra âm thanh. Giai đoạn thứ ba là lúc bé được 3~4 tháng, bé sẽ phát ra các âm thanh như: y a y a, nếu chúng ta quan sát kỹ sẽ phát hiện ra nguyên âm và phụ âm. Giai đoạn thứ tư là giai đoạn phát triển hệ thống ngôn ngữ cho bé, thông thường khi bé được 1 tuổi.

Trò chơi ngày hôm nay: Tập luyện sự chú ý về thị giác

Mục đích

Tập luyện năng lực chú ý và cảm nhận về màu sắc và hình ảnh cho bé.

Phương pháp

Các bà mẹ có thể treo những bức ảnh chân dung to nhiều màu sắc hoặc là những bức tranh đơn giản và to trước mắt bé với khoảng cách 20cm, để cho bé quan sát, thời gian quan sát không được quá dài, cách 4~5 ngày nên thay đổi tranh cho bé.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Khi bé và mẹ ngủ, cần đảm bảo cho phòng ngủ được yên tĩnh, giấc ngủ của bé cần phải có quy luật.
- ❖ Trước khi ngủ cần phải làm cho bé trấn tĩnh trở lại.
- ❖ Mẹ phải quan sát xem thời gian và nhu cầu ngủ của con là bao nhiêu, không ép bé ngủ nhiều như trong sách hướng dẫn.

- ❖ Cần dạy cho bé cách ngủ trên giường từ khi bé còn bé.
- ❖ Giấc ngủ của bé có tiết tấu và quy luật tự nhiên của bé, vì vậy bé mà thức giấc vào ban đêm, nhưng sau đó bé lại ngủ ban ngày, mẹ không được luôn đánh thức và làm phiền giấc ngủ của bé.
- ❖ Chúng ta có thể đặt một, hai thứ đồ chơi hoặc quyển sách trên giường của bé.
- ❖ Nếu bé không có thói quen tốt về giấc ngủ sẽ rất phiền phức.
- ❖ Cần tạo cho bé một cảm giác thoải mái khi ở trên giường ngủ.
- ❖ Có thể lắp các đồ chơi có màu sắc sặc sỡ và những đồ chơi phát ra các âm thanh êm tai bên giường của bé.
- ❖ Mỗi ngày nên cho bé nghe một đoạn nhạc nhẹ.
- ❖ Treo bóng bay có màu sắc đẹp trong phòng của bé.
- ❖ Ôm bé và đung đưa nhẹ nhàng theo giai điệu của âm nhạc, phát triển cảm nhận về tiết tấu âm thanh cho bé.

NGÀY THỨ 30

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé có khả năng nằm ngửa và ngẩng đầu rời khỏi chiếc giường. Nắm tay bắt đầu biết thả lỏng, tay nắm chặt đồ vật được 2~3 giây. Mắt bé có thể chuyển động theo vật thể trôi trên mặt nước.

Trò chơi ngày hôm nay: Xem và xem

Mục đích

Luyện tập thị lực cho bé.

Phương pháp

Các bà mẹ vừa ôm bé vừa trò chuyện với bé, bé sẽ nhìn

khuôn mặt của mẹ. Mẹ ngoảnh mặt sang phía khác, để cho ánh mắt của bé chuyển động theo, ngoảnh sang trái và sang phải 2~3 lần.

Lời khuyên của chuyên gia

Có những bà mẹ yêu con “thái quá”, khi bé đã ăn no rồi họ còn ôm con trước bụng và lắc lư con, vỗ vào con, hoặc là để cho bé ngậm vú mình, ngậm đầu vú giả, đây thực sự là một thói quen không tốt. Các bà mẹ nên nhớ rằng trước khi bé ngủ không được dỗ, không được vỗ bé, không được lắc và ôm bé, lại càng không nên cho bé ăn, cho bé ngậm vú. Khi bé đã tới lúc ngủ, đặt bé nằm trên giường và để cho bé tự ngủ. Khi bé vẫn chưa hình thành được thói quen ngủ đúng giờ giấc, chúng ta có thể mở thêm một bản nhạc dịu êm để bé dễ ngủ, giúp bé hình thành phản xạ có điều kiện khi ngủ. Đến khi bé có thể hình thành được thói quen ngủ đúng giờ giấc, chúng ta không cần mở nhạc nữa.

NGÀY THỨ 31

Tình hình phát triển của bé tháng này

- ❖ Chu vi của đầu: bé trai khoảng 38,43cm, bé gái khoảng 37,56cm.
- ❖ Chu vi bộ não: bé trai khoảng 37,88cm, bé gái khoảng 37cm.
- ❖ Chiều cao: bé trai sơ sinh khoảng 37,94cm, bé nữ sơ sinh khoảng 35cm.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi phát âm

Mục đích

Luyện tập về ngôn ngữ cho bé.

Phương pháp

Nếu chúng ta có thời gian thì tốt nhất nên cùng với bé chơi một vài trò chơi. Cái gọi là “Trò chơi phát âm” chính là phụ huynh phát ra một vài âm đơn giản để thu hút cho bé chơi, các bé có thể dần dần mô phỏng được các âm thanh, phụ huynh lại mô phỏng lại các âm thanh của bé, luyện tập như thế nhiều lần, sẽ giúp bé nghe được âm thanh của bé đồng thời bé sẽ cảm thấy vui mừng khi lặp lại những âm thanh này. Đây chính là một trò chơi phát triển ngôn ngữ cho bé.

Khi mới bắt đầu trò chơi, cha mẹ chỉ cần phát ra các âm đơn giản như “a”, âm này làm cho bé dễ dàng mô phỏng. Trước tiên chúng ta cũng có thể gọi tên của bé, sau đó chú ý bé bằng ánh mắt, đồng thời dùng thanh điệu trong bài hát để phát ra các âm “a”, tiếp đến là vuốt ve bé, kích thích cho bé cười. Ngừng một lát, sau đó xem bé có phát ra âm thanh nào không (lúc đó chúng ta phải kiên trì đợi chờ, giai đoạn này thông thường bé cần khoảng 10 giây mới có thể có các phản ứng được). Nếu bé đã phát ra âm thanh, chúng ta nên ngay tức khắc lặp lại âm thanh của bé, đồng thời tiến hành trò chơi này nhiều lần với bé. Nếu khi nghe bé phát ra âm thanh như tiếng “cúc cu”, thì chúng ta nên cùng bé trò chuyện ngay, giống như việc chúng ta có thể hiểu được ngôn ngữ của bé.

Những trò chơi này giúp bé nhanh chóng học được cách phát ra một vài âm thanh và học được cách mô phỏng âm thanh. Các bậc phụ huynh cần phải động viên, khích lệ bé luyện tập phát âm nhiều lần khi bé mô phỏng âm thanh, chính là một sự chuẩn bị cần thiết và hữu ích trong việc học nói một cách chính xác ở các giai đoạn sau của bé. Đồng thời lợi ích khác nữa mà chúng ta thu được từ trò chơi này ở chỗ: đối với các bé qua sự tập luyện trò chơi phát âm này, về sau bé sẽ không hay khóc nữa, mà ngược lại bé phát ra các âm thanh như “chích chích, cu cu”. Đây chính là điều kỳ diệu ngoài sức tưởng tượng.

Ngoài ra, sau khi bé tỉnh dậy, bà mẹ có thể thì thầm bên tai bé một cách nhẹ nhàng. Nói chuyện với bé tại vị trí cách bé khoảng 10cm, như “bé ngủ ngon, trông bé thật vui, bé của mẹ thật là xinh, bé chính là thiên thần của mẹ...”, mỗi ngày mẹ hát cho bé nghe 3 lần, mỗi lần 2~3 phút.

NGÀY THỨ 32

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé được hơn 1 tháng, nếu chúng ta trêu đùa bé là bé sẽ cười. Hai bên má đầy đặn, vai và hông hẹp, cổ ngắn, phần bụng và ngực tròn trĩnh, đùi và chân của bé thích tư thế quặp lại, hai bàn tay nắm chắc thành nắm đấm.

Âm nhạc chính là một trong những phương thức giao lưu tình cảm cơ bản của con người. Bé thông qua những kết cấu âm hưởng đặc biệt để thể hiện tư tưởng và tình cảm. Thông thường mà nói, sự cảm nhận, biểu hiện và sáng tạo về âm nhạc đó chính là một loại phản ứng thuộc năng lực và tổ chất cơ bản của con người. Tiềm năng khai thác âm nhạc của bé sơ sinh có từ lâu, không những có mối quan hệ mật thiết trong việc bồi dưỡng năng lực nghe cho bé, đồng thời có vai trò quan trọng trong việc nâng cao và phát triển các loại năng lực tổng hợp trong quá trình sinh trưởng của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe nhạc

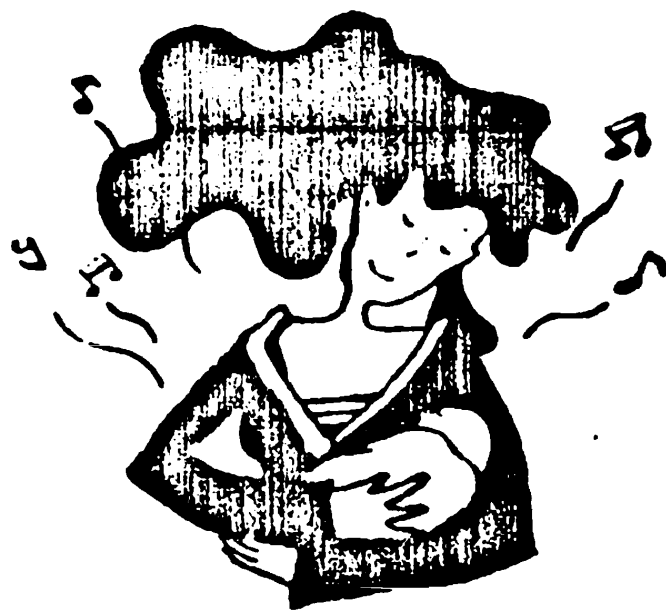
Mục đích

Tập luyện về thính giác và cảm giác cho bé.

Phương pháp

Các bé được 1 tháng, thông thường rất quen với tiếng nói của mẹ bé, nếu bé nghe được âm thanh của một người lạ thì bé cảm thấy sợ hãi, nếu âm thanh này quá to thì bé không

những sợ hãi mà còn bật khóc. Vì thế, chúng ta nên cho bé nghe một vài đoạn nhạc hay những ca khúc êm tai; khi trò chuyện với bé chúng ta cũng phải nhẹ nhàng; âm thanh được phát ra từ đồ chơi không được vượt quá giới hạn cho phép; những tạp âm trong cuộc



sống thường nhật cũng không được làm ảnh hưởng tới bé. Bé rất thích trò chuyện với người xung quanh, nếu không có ai bên cạnh và chơi đùa với bé thì bé sẽ cảm thấy cô đơn, thậm chí bé sẽ bật khóc ầm ỹ.

Sau khi bé ăn no hay sau khi tỉnh giấc, chúng ta có thể mở loại nhạc dành cho thai nhi, âm lượng cần điều chỉnh hơi to một chút so với âm thanh của mẹ, bé sẽ yên lặng lắng nghe trong vòng 5~8 phút.

NGÀY THỨ 33

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé chào đời mới đầy một tháng, vẫn còn chưa quen thuộc với môi trường xung quanh, khi bé bất an, hoặc khi bé không ngủ được, chúng ta có thể ôm bé chặt vào lòng vừa dùng đưa bé nhẹ nhàng và hát ru cho bé ngủ bằng những ca khúc dân ca, không cần hát hay, dù thế nào thì bé vẫn cảm thấy yên tâm để ngủ. Sau khi bé tỉnh dậy, chúng ta có thể trò chuyện với bé, dùng những câu nói nhẹ nhàng thân thiết, để cho bé tập luyện về thính giác; hát cho bé nghe một vài bài hát; cũng có thể mở nhạc cho bé nghe những bản nhạc dương du êm tai, nhưng âm thanh phải nhỏ, nếu âm thanh quá to thì sẽ

kích thích bé làm cho bé giật mình và sợ hãi. Khi bé ngủ cần đảm bảo cho phòng ngủ của bé được yên tĩnh. Chúng ta có thể dùng băng ghi âm lại những bài hát của mẹ đã hát, bé rất thích nghe âm thanh của mẹ và bé còn có khả năng quen thuộc với tiếng nói của mẹ, khi mẹ đi công tác xa, hoặc mẹ đi làm, chúng ta có thể mở băng lên cho bé nghe thay cho âm thanh của mẹ.

Trò chơi ngày hôm nay: Những bài hát cho bé

Mục đích

Tập luyện về ngữ âm cho bé.

Phương pháp

Các bà mẹ nên ôm bé vào lòng và dỗ dành bé bằng các bài hát có âm hưởng trữ tình, dễ nghe, hoặc cho bé nghe các bản nhạc dành cho bé trong bào thai, khi bé lớn lên, chúng ta sẽ phát hiện ra rằng bé có thể tự điều tiết âm thanh của mình để phối hợp nhịp nhàng với tiết tấu trong bài hát của mẹ và có thể thấy được sự biến đổi về tốc độ âm thanh của bé. Từ đó bé sẽ dùng âm thanh và cử chỉ động tác của mình để mô phỏng âm thanh và lời bài hát của mẹ, thậm chí khi mẹ ngừng hát thì bé vẫn còn tiếp tục mô phỏng. Khi mẹ ôm bé, cho bé bú sữa và dùng đưa bé ngủ và vừa hát ru bé ngủ. Chúng ta cũng có thể mở cho bé nghe một vài bài hát trong băng, những ca khúc dân ca càng có hiệu quả tốt, đồng thời làm các trò chơi và các động tác cơ thể.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Trong giai đoạn này, chúng ta nên chú ý những điểm sau đây:
- ❖ Thính giác của bé rất nhạy cảm.
- ❖ Bé sẽ bị giật mình và sợ hãi khi nghe thấy âm thanh đột ngột, bất ngờ.

- ❖ Khi nghe thấy các âm thanh kỳ lạ, bé sẽ ngừng hẳn hành động đang làm.
- ❖ Tiếng khóc của bé mang nhiều ý nghĩa khác nhau.
- ❖ Khi bố mẹ trò chuyện với bé thì bé có thể nhìn vào người trò chuyện với bé thời gian khoảng 30 giây.
- ❖ Khi bố mẹ trò chuyện với bé và mắt nhìn đối diện vào bé, các bé có thể có các phản ứng với âm thanh của bố mẹ (cùng với ánh mắt, nụ cười, hay đôi môi mấp máy).
- ❖ Phát ra các âm thanh như “chích chích, cu cu” hay “a”, “e”... và các âm phụ âm như “g”, “k”, ... có lúc có thể thay đổi âm điệu, tiết tấu giống như bài hát.

NGÀY THỨ 34

Bé lớn lên và rèn luyện

Thị lực của bé thuộc phát triển rất nhanh, bé có thể có các phản ứng khi trò chuyện với người lớn. Bé có phản ứng sợ hãi khi nghe thấy âm thanh đột ngột. Đến tuần thứ 8, có bé có khả năng phân biệt nhận biết được phương hướng của âm thanh, có thể im lặng để lắng nghe âm nhạc, thể hiện trạng thái không hài lòng khi có tạp âm.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi gọi tên

Mục đích

Tập luyện về ngữ âm cho bé.

Phương pháp

Các bé thuộc giai đoạn này rất thích thú với những cử chỉ vuốt ve, chăm sóc. Bé thích ngắm nhìn khuôn mặt của mẹ, thích quan sát sự thay đổi và biểu lộ cảm xúc trên khuôn mặt mẹ khi trò chuyện với bé.

Mẹ nên tựa gần bé, gọi tên bé, cùng bé diễn trò “trò chơi

gọi tên". Tuy rằng bé không hiểu tên mẹ gọi có nghĩa là gì, nhưng nếu chúng ta thường xuyên gọi tên bé và luôn nở nụ cười trên môi, tựa sát vào bé, sẽ có ảnh hưởng tích cực cho bé. Bé rất vui và yên tâm.

NGÀY THỨ 35

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sơ sinh thông thường có năng lực quan sát, đồng thời bé có khả năng phân biệt được màu trắng đen. Sau 2 tuần, bé có xu hướng nhìn chăm chú vào các vật thể nhỏ hơn là các vật thể to. Khi được 2 tháng, ánh mắt của bé chuyển sự chú ý vào quan sát những vật thể động. Nếu chúng ta để ý một chút sẽ sớm phát hiện ra rằng, khi bé bú sữa, bé thường chăm chú nhìn khuôn mặt của mẹ.

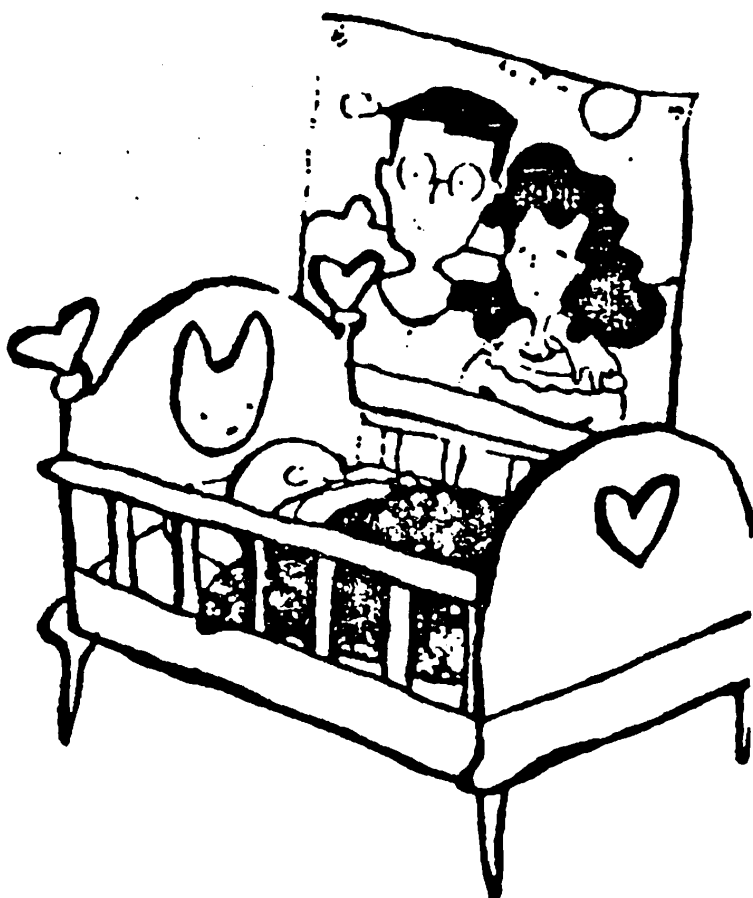
Trò chơi ngày hôm nay: Bức tranh nào đẹp nhất?

Mục đích

Giúp bé phát triển thị giác và năng lực phán đoán cái đẹp.

Phương pháp

Treo 3~4 bức tranh lên trên tường (có thể treo tranh chân dung của ba mẹ hoặc các bức tranh trẻ em, tranh động vật hay tranh các món ăn...), ôm bé thẳng lên và cho bé ngắm tranh, vừa ngắm



tranh vừa đọc tên của những bức tranh cho bé nghe, bạn sẽ nhận thấy rằng hướng nhìn của bé sẽ chuyển tới một trong những bức tranh mà bé thích nhất. Mỗi ngày tập luyện 1~2 lần liên tục, dần dần bé sẽ cảm thấy thích thú một bức tranh trong số các bức tranh đó. Một tuần chúng ta nên thay đổi 3~4 bức tranh như: tranh vẽ một chiếc váy đẹp, đồ chơi đẹp, hay chiếc xe của bé gái.

Khi bé quan sát, người lớn nên giới thiệu cho bé tên người hay tên của sự vật trong các bức tranh đó, ngôn từ dùng trong mỗi lần giới thiệu phải thống nhất, dần dần bé sẽ chọn lựa ra bức tranh mà bé yêu thích. Loại tranh này nên phân nhóm và mỗi tuần nên thay một nhóm, đến tuần thứ tư chúng ta có thể xáo trộn vị trí của các bức tranh mà bé đã thích. Sau đó để ý và chọn ra bức tranh bé thích nhất trong số các bức tranh đó. Cha mẹ cũng có thể hoán đổi vị trí các bức tranh mà bé từng xem, từng thích, xem sở thích của bé có sự thay đổi nào không.

Chú ý:

Chúng ta nên treo đồ chơi phía trên giường của bé, để bé chơi đùa và ngắm nhìn, nhưng chúng ta cần chú ý thay đổi vị trí của đồ chơi, tránh cho bé tật lác (lé) mắt. Nếu chúng ta thường xuyên treo đồ chơi ở vị trí trung tâm của giường thì bé có xu hướng nhìn vào giữa, dễ bị lệch mắt. Nếu treo đồ chơi vào một góc giường, bé sẽ bị lác mắt. Treo đồ chơi vào vị trí quá gần bé sẽ gây cho bé cảm giác mệt mỏi. Tốt nhất chúng ta nên ôm bé ra gần trước cửa sổ hoặc bên ngoài cánh cửa cho bé ngắm nhìn các vật thể ở xa.

NGÀY THỨ 36

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thường thích ngắm nhìn các vật thể động và khuôn

mặt của người lớn. Đưa các vật sát gần mắt bé thì bé thường nháy mắt, được gọi là “phản ứng chớp mắt”, phản ứng này xuất hiện trong vòng 1,5 tháng hoặc 2 tháng. Các bé bị lác mắt thì thường trước 8 tuần là có thể tự điều chỉnh được.

Các bé sau khi chào đời có thể nhìn được đồ vật, có khả năng phân biệt được màu sáng và màu tối, bé còn có thể phân biệt được khuôn mặt của người và hình dạng của các vật thể khác, đồng thời bé còn bị thu hút bởi các vật phát ra ánh sáng như bóng đèn, cửa sổ và các vật phát sáng khác. Các bé mới sinh có thể quan sát khuôn mặt, nhưng nếu khuôn mặt cách bé quá xa hoặc quá gần, thì bé không thể nhìn rõ. Khoảng cách từ 20~30cm là thích hợp nhất với khả năng nhìn của bé. Trước khi bé được sinh ra, bé có thể nghe được âm thanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi vuốt ve mặt

Mục đích

Các trò chơi vui nhộn thăm tình yêu thương mẹ con, rất có lợi cho phát triển sức khỏe cho bé và bồi dưỡng năng lực giao lưu cho bé.

Phương pháp

Các bé mới sinh trong vòng 2 tháng thông thường có khả năng nhìn rõ được các vật thể trong phạm vi 15~30cm. Bé có thể nhìn được rõ khuôn mặt của mẹ khi mẹ ôm bé và cho bé bú sữa. Thứ đầu tiên thu hút bé nhìn chính là các đường nét trên khuôn mặt của mẹ như: cằm, môi. Sau đó là ánh mắt của mẹ. Khi mẹ và bé nhìn nhau, ánh nhìn của mẹ gặp ánh mắt của bé, đây chính là phương thức giao lưu quan trọng nhất trong vài tháng đầu sau khi bé được sinh ra.

Khi bé giao lưu với mẹ bằng ánh mắt, nếu mẹ nhẹ nhàng cầm bàn tay của bé, đưa tay bé chậm chậm và dịu dàng vuốt ve khuôn mặt của mẹ, đồng thời chuyện trò với bé những

câu đơn giản như: “Đây là khuôn mặt của mẹ”, “Đây là mũi của mẹ”, “Đây là miệng của mẹ”... Câu chuyện nghe tưởng chừng đơn điệu này rất có lợi cho việc phát triển năng lực ngôn ngữ của bé. Trong lúc chuyện trò cùng con, nét mặt mẹ càng biểu cảm càng tốt: đôi mắt mẹ mở to, miệng mẹ tươi tắn, nụ hôn của mẹ thật kêu... thì hiệu quả càng cao.

NGÀY THỨ 37

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé được hơn 1 tháng tuổi vẫn dành nhiều thời gian cho giấc ngủ. Mỗi ngày bé thường ngủ 18 - 20 tiếng. Thời gian còn lại bé dành vào việc ăn uống. Thời gian để chơi của bé không nhiều. Mắt bé điều tiết tốt hơn, ánh mắt có thể nhìn theo các vật thể chuyển động trên mặt nước, phần đầu có thể xoay một góc 90 độ:

Trò chơi ngày hôm nay: Đạp xe đạp

Mục đích

Tập vận động cho bé.

Phương pháp

Nhấc chân bé lên, hai bàn tay mẹ cầm chắc hai bàn chân bé, giúp bé chuyển động chân theo hướng lên trên - xuống dưới, giống tư thế bé đang dẫm lên bàn đạp của xe đạp. Trò chơi này có thể rèn luyện các cơ bắp của vùng eo và đùi cho bé.

Các phụ huynh nên chú ý rằng: Trò chơi vận động này không thích hợp vào thời gian trong vòng nửa tiếng trước hoặc sau khi bé bú sữa, vì bé sẽ có thể bị nôn trớ sữa ra ngoài. Ngoài ra, khi chơi nên chú ý đến cảm xúc của bé, khi bé không thích chơi thì chúng ta không nên bắt bé phải chơi. Đối với các bé tuổi càng ít thì càng phải vận động nhẹ nhàng.

Khi bắt đầu chơi trò chơi này, động tác phải chậm rãi, nhẹ nhàng, sau đó có thể điều chỉnh tăng dần. Để trò chơi thêm hấp dẫn, khi chơi cùng bé, cha mẹ nên hát một cách vui vẻ, tiết tấu vui vẻ của bài hát khiến trò chơi không bị nhàm chán, sẽ kích thích bé tập luyện tốt hơn.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Thường xuyên làm các động tác vận động có lợi ích gì cho bé sơ sinh?
- ❖ Động tác chân, tay có thể kích thích bộ não của bé phát triển một cách tích cực, làm cho bé trở nên thông minh.
- ❖ Vận động chính là con đường giải phóng áp lực và cảm xúc tâm lý của bé, giúp bé hình thành nên đặc trưng về tính cách đúng đắn và tích cực.
- ❖ Thông thường, nhận thức của các bé trước 7 tuổi đều đến từ cảm giác, và cảm giác đến từ vật bên ngoài. Vận động chính là con đường và công cụ để bé học tập.
- ❖ Các động tác như ngồi, leo, đứng, đi... là cơ sở để bé học các kỹ năng, các động tác khác. Những trò chơi thuộc bản năng này có vai trò vô cùng quan trọng trong việc thúc đẩy sự phát triển trí tuệ của bé ở giai đoạn này.

NGÀY THỨ 38

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé ở độ tuổi 2~6 tháng thường rất thích ăn, cho dù món ăn có ngon hay không ngon và có thể ăn được hay không. Khi chúng ta mang thức ăn đến là bé liền nhét ngay thức ăn vào miệng. Bé sẽ ăn ngay, sau đó mới xem đó là cái gì, bé dùng miệng để nhận biết, để thưởng thức. Tốc độ phát triển của bé ở giai đoạn này lại rất nhanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Cười

Đối với các bé mới chào đời, ngoài nhu cầu về sữa ra thì quan trọng hơn cả đối với bé trong giai đoạn này chính là tình yêu thương của mẹ. Bồi dưỡng về tinh thần cho bé quan trọng không kém bồi dưỡng sức khỏe và thể lực. Tình yêu của mẹ chính là nguồn dinh dưỡng vô giá. Khi bé chào đời, ra khỏi bụng mẹ, bé bước vào một thế giới hoàn toàn mới lạ, tình yêu của mẹ là nguồn “dinh dưỡng” quý giá cho tinh thần của bé.

Bé có thể dùng ngôn ngữ (tiếng khóc) và nụ cười để chuyển tải các “thông điệp” tới người lớn. Bé thích nghe những âm thanh mềm mại, dịu dàng, thích nghe tiếng cười của mẹ, thích ngắm nụ cười của mẹ. Khi mẹ gọi tên bé một cách nhẹ nhàng, bé sẽ quay mặt về phía mẹ và chăm chú nhìn mẹ như bé gặp được một người bạn thân thiết. Bé đã quen thuộc với giọng nói của mẹ từ khi còn là bào thai tới khi ra đời mẹ yêu thương ôm bé vào lòng, vuốt ve bé và gọi tên bé triu mến. Bé cũng dường như hiểu được nụ cười của mẹ. Các bé càng sớm được học “cười đùa” thì càng thông minh. Bài học “cười đùa” giúp bé phát triển hệ thống thần kinh. Xúc giác, thị giác và thính giác của bé cũng phát triển, phản xạ có điều kiện của bé cũng được xây dựng.

Sau khi bé tắm xong, bé rất thoải mái, dễ chịu, bạn hãy đặt bé nằm trên giường chơi đùa cùng bé, gãi nhẹ nhàng vào bé và đùa cho bé cười.

NGÀY THỨ 39

Bé lớn lên và rèn luyện

Giai đoạn này, bé rất thích ngắm những vật thể có kích cỡ to, mắt bé hay dõi theo một vật chuyển động.

Trò chơi ngày hôm nay: Nắm bắt những đồ chơi treo lơ lửng

Mục đích

¹ Tập luyện sự điều tiết vận động.

Chuẩn bị:

Các đồ chơi có thể phát ra âm thanh, những chiếc nơ màu sắc tươi vui hoặc những quả chuông nhỏ phát ra âm thanh vui tai. Treo đồ chơi trước mặt bé, cách mặt bé khoảng 7~10cm.

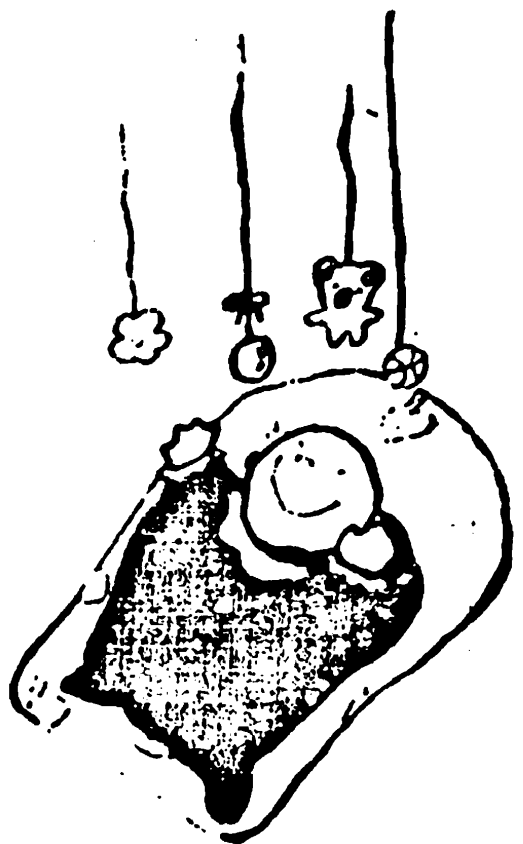
Phương pháp

Mẹ vừa trò chuyện thân mật với bé vừa lắc lư đung đưa tay bé, cho tay bé chạm vào đồ chơi, giúp bé nắm được đồ chơi, tay bé sẽ đung đưa dây nơ hoặc quả chuông và quả chuông phát ra âm thanh, điều này kích thích bé hứng thú với trò chơi. Mỗi ngày nên cho bé tập luyện 2~3 lần, mỗi lần 5~6 phút, tốt nhất nên chơi vào những lúc bé tỉnh táo.

Chú ý:

Nếu bé nắm chặt lấy dây nơ, và dùng tay lắc lư nhẹ đồ chơi, bé chú ý tới các đồ chơi được treo ở phía trên, trò chơi coi như là đã thành công! Chú ý không được làm tổn thương tới bé.

Trong vòng 6 tuần sau khi bé sinh ra, tay bé luôn trong trạng thái nắm thành nắm đấm, chỉ khi bé khóc thì bé mới hơi nới lỏng tay một chút. Sau 8 tuần, thời gian bé duỗi tay ra càng nhiều, bé càng thể hiện được các động tác có ý thức, thay thế các phản xạ nắm bắt. Lúc



này có rất nhiều phụ huynh khi thấy con mình nắm đồ không chặt như trước kia nữa cảm thấy rất lo lắng, thực ra điều này chẳng có gì phải lo lắng cả.

Lời khuyên của chuyên gia

Chuẩn bị cho bé một vài đồ chơi như: trống, chuông, các đồ vật có thể phát ra âm thanh.

Khi bé bóp, vặn, đập trò chơi thì trò chơi sẽ phát ra âm thanh. Có rất nhiều đồ chơi, và chất liệu đồ chơi cũng rất phong phú, khi chọn lựa đồ chơi cho bé, nên chọn đồ chơi có độ an toàn cao, âm thanh không được quá gắt, màu sắc phải tươi tắn nhưng không lòe loẹt.

NGÀY THỨ 40

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé được hơn 1 tháng, năng lực quan sát đồ vật, độ nhạy cảm của thính giác đều phát triển nhanh hơn trước kia. Lúc đó mẹ có thể treo các sợi dây và các quả bóng bay nhiều màu sắc sặc sỡ trước giường của bé, còn có thể treo đồ chơi có thể phát ra âm thanh để thu hút bé. Các bé có thể nhìn các đồ chơi này trong một thời gian khá dài, hai bàn tay bé không ngừng đưa theo đồ chơi, dường như bé muốn tóm bằng được đồ chơi về phía mình. Nếu như mẹ để đồ chơi đứng đưa trước mặt bé, tay bé sẽ không ngừng khua, đồng thời nheo mày lại tỏ thái độ, hai mắt thì dán chặt vào đồ chơi. Thực ra là bé đang nhận thức và nghiên cứu tìm tòi một sự việc mới mẻ.

Các bé mới sinh thị giác và thính giác chưa linh hoạt nhưng cùng năm tháng bé phát triển và cứng cáp, mắt bé có thể dần dần quan sát được sự vật, tai bé có thể phân biệt được mọi âm thanh.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi bé nằm trong tử cung của mẹ, thế giới của bé nghe được là âm thanh của “tiếng nước”. Khi chúng ta đi ra ngoài mua sắm, chúng ta nên mua cho bé những đồ chơi có âm thanh giống với âm thanh trong tử cung của mẹ. Tiếng nước chảy sẽ làm cho bé yên tĩnh, dễ dàng dỗ bé ngủ ngon. Chúng ta có thể lấy băng ghi âm ghi lại tiếng nước chảy vào bồn tắm, âm thanh nước chảy vào chậu rửa mặt, âm thanh của máy rửa bát đang hoạt động, hoặc có thể mua một cuốn băng có tiếng nước chảy, khi bé khó ngủ, chúng ta mở cuốn băng đó lên ru bé ngủ.

Trò chơi ngày hôm nay: Nằm và chơi đùa

Mục đích

Tập luyện cho bé ngẩng đầu.

Phương pháp

Chúng ta có thể nằm trên giường và chơi đùa với bé. Đầu của mẹ và đầu bé đối xứng nhau, mặt mẹ đúng tầm nhìn của bé để bé có thể dễ dàng nhìn được và quan sát ánh mắt của mẹ, đây là cơ hội để tăng cường tình cảm mẹ con. Mẹ có thể gọi tên bé, để bé ngẩng đầu lên; cũng có thể dùng tay vuốt ve mặt của bé hoặc dùng tay thu hút sự chú ý của bé, khiến bé ngẩng đầu lên. Khi bé ngẩng đầu với thời gian lâu và bé thấy mệt, bé sẽ chủ động cúi đầu xuống, lúc này mẹ hãy để cho bé nghỉ ngơi. Khi bé không hứng thú, cha mẹ không nên miễn cưỡng ép con, cần chú ý tới sức lực và khả năng thích nghi của bé khi chơi trò chơi này.

NGÀY THỨ 41

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé chủ động dõi theo các vật thể chuyển động, tìm kiếm các vật thể đẹp xung quanh. Bé bắt đầu có khả năng xâu chuỗi các thông tin xung quanh. Khi bé có thể dễ dàng bỏ đồ vật trong tay ra thì đây chính là một sự tiến bộ lớn. Khi bé đã học được cách kiểm soát hoạt động của cơ để duỗi tay ra thì bé cũng có thể học được cách kiểm soát các cơ điều khiển hoạt động nắm tay lại. Hầu loại mô cơ đối lập này có thể tồn tại và hoạt động cùng một lúc.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo kéo và xem

Mục đích

Tập luyện khả năng nắm bắt cho bé.

Phương pháp

Treo một chiếc chuông phía trên giường bé, mẹ bế bé, để tay của bé với vào chuông, khiến chuông phát ra âm thanh, tiếp theo, lại để cho bé nắm chặt sợi dây buộc chiếc chuông. Sau khi bé nắm chắc được sợi dây, để cho bé kéo sợi dây một cách tự nhiên, chuông rung và phát ra âm thanh, lúc này bé sẽ rất vui.

NGÀY THỨ 42

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé từ khi sinh ra cho đến 2 tháng tuổi, sự phát triển các động tác của bé thuộc vào giai đoạn sôi nổi hoạt bát, bé có thể làm các động tác khác nhau, đặc biệt là sự biểu lộ các sắc thái tình cảm trên khuôn mặt càng trở nên phong phú hơn. Khi bé đang ngủ có thể có các động tác như bĩu môi hay nức nở như tủi thân, có lúc thì cười một cách vô ý thức.

Sự giao lưu giữa mẹ con

Ngay từ nhỏ, cha mẹ có thể dạy cho các bé thói quen sạch sẽ. Khi bé đái dầm, mẹ hãy nhanh chóng đến bên con, vừa trò chuyện nhẹ nhàng với bé vừa thay tã lót, rửa ráy cho bé.

Trước khi cho bé uống sữa, bú sữa, trước tiên mẹ nên thay tã lót cho bé, có thể nói với bé những câu nói như: “Để mẹ thay tã cho con nào! Có phải là bé yêu của mẹ lại đái dầm không nhỉ? Ô! Đái dầm thật rồi! Để mẹ thay cho bé yêu sạch sẽ, thơm tho nhé!”

Qua những lời nói dịu dàng, những cử chỉ chăm sóc ân cần, các bé học được cách biểu đạt niềm vui, nỗi buồn, yêu thích và phẫn nộ từ những điều đã trải qua với bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Phát ra tiếng cười

Mục đích

Quan sát năng lực biểu đạt ngôn ngữ của bé.

Phương pháp

Mẹ thực hiện các động tác gây cười để kích thích bé cười.

NGÀY THỨ 43

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé hơn 1 tháng tuổi chưa biết nói chuyện, người lớn chỉ có thể dạy bé thông qua các động tác kích thích thính giác và thị giác của bé. Dùng đồ chơi có màu sắc bắt mắt để tập cho hai mắt điều tiết năng lực theo dõi sự vật và năng lực tập trung vào sự vật. Hát cho bé nghe, cho bé nghe nhạc để tập luyện khả năng nghe của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nắm chặt tay

Mục đích

Rèn luyện khả năng nắm bắt cho bé.

Phương pháp

Để bé nắm chặt lấy ngón tay cái của mẹ, mẹ vừa lắc lư nhẹ và vừa hát, chỉ lắc nhẹ nhàng, chậm rãi.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Mẹ phải hết sức chú ý vấn đề hô hấp của bé.
- ❖ Không cho bé chơi các túi làm bằng nhựa, để tránh việc bé có thể chụp túi nhựa lên đầu sẽ bịt chặt mũi, khiến bé bị ngạt thở.
- ❖ Không cho bé chơi gối đệm làm bằng chất liệu lông.
- ❖ Khi bé không thể tự lật người được thì không nên cho bé nằm ngửa.
- ❖ Gối của bé không được quá mềm, tránh việc cản trở đường hô hấp của bé.
- ❖ Không được cho bé chơi các đồ chơi như tiền xu, các loại hạt đậu, khuy áo... tránh việc bé nhét dị vật vào làm cản trở đường hô hấp của bé.
- ❖ Không được cho bé ngậm kẹo mút để phòng tai nạn.

NGÀY THỨ 44

Bé lớn lên và rèn luyện

Đầu tiên bé chỉ có thể theo dõi được những vật thể chuyển động sang trái và sang phải trước mặt bé, tốc độ chuyển động không được quá nhanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với ngón tay

Mục đích

Tập vận động.

Phương pháp

Các bé khoảng 2 tháng tuổi có thể bắt đầu chơi với đôi

tay. Nếu lúc này bé vẫn chưa chú ý tới đôi tay, bạn có thể buộc một cái nơ hồng lên cổ tay của bé để thu hút sự chú ý của bé vào đôi tay. Sau khi bé chơi xong, chúng ta tháo nơ ra khỏi tay bé.

NGÀY THỨ 45

Bé lớn lên và rèn luyện

Tập luyện về trí tuệ: có thể treo một vài đồ chơi sắc sỡ trên giường của bé như: con vật hình tròn, dây nơ sắc sỡ... (khoảng cách thích hợp nhất là cách mặt bé 20cm). Dùng đồ chơi này để chơi với bé, mỗi ngày 2~3 lần, thời gian chơi với bé được điều chỉnh tùy vào tâm trạng của bé, thông thường khoảng 3~8 phút.

Trò chơi ngày hôm nay: Vài ngón tay nhỏ

Mục đích

Phát triển cảm giác về tay cho bé.

Phương pháp

Sau khi bé ăn no, để bé nghỉ ngơi một lát, đặt bé nằm trên giường, mẹ nhẹ nhàng massage tay bé, khép tay bé lại rồi mở ra.

NGÀY THỨ 46

Bé lớn lên và rèn luyện

Đặc điểm của bé là thời gian tập trung chú ý của bé rất ngắn, tầm nhìn rất gần. Nếu một ngọn nến được đặt tại vị trí cách bé 2~3 bước đi, thì bé có thể nhìn thấy được, nếu đặt nến ở vị trí xa hơn thì bé không thể thấy được.

Ở độ tuổi 2~3 tháng thì có thể nhìn thấy một người đi

lại trong phòng cách bé một khoảng khá xa, thời gian chú ý vật có thể đạt được 2~3 phút.

Trò chơi ngày hôm nay: Mẹ ở đâu nhỉ?

Mục đích

Tập luyện năng lực theo dõi sự vật.

Phương pháp

Mẹ nằm sấp và cười đùa với bé, để cho bé ngắm nhìn khuôn mặt của mẹ, sau đó mẹ lại xoay người sang bên khác, nhẹ nhàng gọi tên của bé, thu hút bé ngoảnh đầu ngắm nhìn mẹ.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Các bé không thể tự mình lật người được, cũng khó có thể biểu đạt các nhu cầu. Có lúc, bé chỉ có thể dùng tiếng khóc để biểu đạt tâm trạng không thoải mái của mình, dùng tiếng khóc để thu hút sự chú ý của mẹ.
- ❖ Mẹ nên hiểu được nhu cầu của bé để kịp thời đáp ứng nhu cầu và tiếp xúc hoà hợp với bé, đây là điều kiện cần thiết giúp bé phát triển cân bằng và ổn định cảm xúc. Cảm giác được nương tựa chính là nền tảng vững chắc để cấu thành mối quan hệ giao lưu thân thiết giữa con người với nhau. Bồi dưỡng nhân cách “quan tâm người khác phải xuất phát từ tấm lòng của mình, đặt mình vào vị trí của người mà nghĩ”, đó chính là cơ sở quan trọng để giúp bé giao lưu với thế giới bên ngoài. Các bé được lớn lên trong một môi trường đầy ắp tình thương, và có mối giao lưu với những người đáng tin cậy thì nhân cách của bé cũng sẽ được phát triển tốt hơn.

NGÀY THỨ 47

Bé lớn lên và rèn luyện

Đối với những vật thể có hình dạng khác nhau thì thời gian quan sát của bé cũng sẽ khác nhau. Lấy một thực nghiệm sau để chứng minh cho điều này: để cho bé xem 3 bức chân dung:

- Bức chân dung thứ nhất là mặt người.
- Bức thứ hai là trật tự đảo lộn năm cơ quan trên khuôn mặt người.
- Bức thứ ba là các đường nét bên ngoài giống như mặt người, phần đỉnh có sơn màu đen.

Các bé được 4 ngày ~ 6 tháng sẽ nhìn vào bức chân dung thứ nhất - chân dung mặt người, thời gian quan sát lâu nhất. Thời gian quan sát bức thứ 2 - trật tự đảo lộn năm cơ quan trên khuôn mặt người là ngắn nhất. Vậy, có thể thấy rằng, bé thực sự biết nhìn, hơn nữa còn có thể phân biệt được cái xấu và cái đẹp. Thực nghiệm đã chứng minh rằng, năng lực thị giác trong thời kì bú sữa là rất mạnh, đồng thời thể hiện rất rõ tính chọn lựa đồ vật.

Các bé trong thời kì bú sữa rất tích cực với các phản ứng ngữ âm, khi nghe thấy tiếng nói chuyện hay âm thanh của tiếng chuông phát ra, thì bé liền ngoảnh đầu để tìm nguồn gốc của âm thanh phát ra vừa rồi. Khi bé đang khóc và quấy nhiễu, chỉ cần mẹ nói chuyện với bé với âm lượng to hơn bình thường, là ngay lập tức bé im bật. Khi mẹ chuẩn bị tã lót và bình sữa cho bé, bé thường bắt chuyện trước với mẹ.

Trò chơi ngày hôm nay: Sờ

Mục đích

Phát triển thị giác và xúc giác cho bé

Phương pháp

Cầm một đồ chơi mềm đặt vào trong tay bé để cho bé sờ, sau đó đưa vào tầm nhìn của bé để cho bé xem.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Từng bước xây dựng cho bé thói quen sinh hoạt ngủ, ăn có quy luật.
- ❖ Dành thời gian nói chuyện, hát, chơi đùa với bé, bồi dưỡng tình cảm mẹ con.
- ❖ Để cho bé ngủ trong một môi trường yên tĩnh
- ❖ Đừng làm bé quá mập.
- ❖ Khi thời tiết đẹp, có thể đưa bé ra ngoài để bé tắm nắng, hít thở không khí ban mai trong lành, ngắm phong cảnh môi trường xung quanh.
- ❖ Treo đồ chơi có thể động đậy được hoặc nhiều màu sắc để cho bé ngắm, tiếp xúc, và nắm bắt chơi đùa.

NGÀY THỨ 48

Bé lớn lên và rèn luyện

Não bộ của bé sơ sinh rất dễ mệt mỏi, bé cần có một giấc ngủ đầy đủ và thoải mái mới - nghỉ ngơi hoàn toàn để giải phóng sự mệt mỏi.

Trò chơi ngày hôm nay: Động là vang

Mục đích

Kích thích ý thức tự giác cho bé.

Phương pháp

Mẹ lấy ra một mẩu dây, một đầu dây buộc vào đồ chơi có thể phát ra âm thanh, một đầu dây còn lại buộc vào ống quần của bé, sau đó buộc đồ chơi vào thành giường, khi bé cử động chân, đồ chơi sẽ phát ra âm thanh.

Lời khuyên của chuyên gia

Người mẹ chính là người thầy đầu tiên của bé. Khi bé

cảm thấy buồn ngủ, bé luôn muốn tựa vào mẹ, bé thích ngắm ánh mắt hiền từ và khuôn mặt trìu mến của mẹ, thích nghe âm thanh dịu hiền của mẹ, lúc vui nhất đối với bé chính là khi được mẹ ôm vào lòng. Sự giao lưu tình cảm trong suốt quá trình mẹ nuôi dưỡng, giáo dục con là nền móng ban đầu để con đặt sự tín nhiệm hoàn toàn đối với mẹ về sau. Mọi lời nói và hành động của mẹ đều ảnh hưởng tới sự phát triển tâm hồn của bé, vì vậy mẹ nên nhận thức rõ điều này.

NGÀY THỨ 49

Bé lớn lên và rèn luyện

Nếu chúng ta bắt chợt đưa tay trước mặt bé thì bé sẽ chớp mắt, đây được gọi là phản ứng chớp mắt. Bé thuộc giai đoạn 1 tháng dưới đến 2 tháng thì có phản ứng này.

Trò chơi ngày hôm nay: Đá chăn

Mục đích

Tập luyện chân.

Phương pháp

Bé khá hiếu động, khi đặt bé nằm ngửa trên giường, hai chân bé sẽ không ngừng đạp. Mẹ có thể đặt một tấm chăn mỏng lên chân bé, để cho bé tha hồ đạp, khi chăn rơi xuống, mẹ giúp bé nhặt chăn lên, cho bé chơi thật thoải mái, bé sẽ vui mừng khua chân múa tay, toàn thân bé được hoạt động. Khi bé đang chơi trò này, mẹ không được rời xa bé vì bé chơi một mình có thể bị tấm chăn che mặt khiến bé khó thở.

NGÀY THỨ 50

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé cảm thấy bên cạnh mình không có ai chơi cùng, bé sẽ gây tiếng động hoặc khóc to. Bé thích nghe giọng người lớn nói chuyện, nhưng nếu giọng nói quá to thì bé sẽ thể hiện sự khó chịu.

Chú ý:

Khi cho con bú bình, bố mẹ nên thay đổi tay cầm bình sữa, lúc thì bình sữa ở bên phải bé, lúc lại ở bên trái bé, điều này không phải hết sức quan trọng trong việc phát triển của bé, nhưng từ đó bé sẽ học được cách nhìn sang trái và sang phải.

Trò chơi ngày hôm nay: Động là rung

Mục đích

Phát triển xúc giác cho bé.

Phương pháp

Sau khi bé đã ăn no ngủ ngon, mẹ có thể ôm bé vào lòng, kéo chân bé để chân bé chạm vào đồ chơi (đặc biệt là các đồ chơi có thể phát ra các âm thanh), lúc đó mẹ có thể vừa nói “nghe hay quá”, “thật đẹp làm sao!”.

Lời khuyên của chuyên gia

Bài tập cho bé

Mục đích: Rèn luyện sức khỏe cho bé.

Hoạt động chuẩn bị: Đặt bé nằm ngửa trên giường, mẹ vừa vuốt ve bé vừa cùng bé trò chuyện một cách nhẹ nhàng, làm cho bé cảm thấy vui, thoải mái, giống như đang chơi một trò chơi.

Động tác duỗi thẳng

Tư thế chuẩn bị: Hai tay của mẹ nắm lấy cổ tay của bé,

ngón tay cái của mẹ đặt vào trong bàn tay của bé, để cho bé nắm chặt, vai của bé đặt lên trên thân người của mẹ.

Hướng dẫn

- ❖ Mẹ kéo hai cánh tay của bé lên trên trước ngực của mình, nhớ kéo theo hướng song song với mặt đất.
- ❖ Mẹ nằm nghiêng kéo bé lên, hướng kéo là nghiêng, lưng bàn tay chạm giường.
- ❖ Lặp lại động tác (1)
- ❖ Trở lại tư thế chuẩn bị
- ❖ Lặp lại các động tác trên.

NGÀY THỨ 51

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé đến tuần thứ 8 phát triển chiều cao thêm từ 3~4cm, có bé lớn hơi nhanh, có những bé lại lớn hơi chậm một chút, chỉ cần tinh thần bé thoải mái, phát triển lành mạnh, thì sự chênh lệch nhỏ này chẳng có gì nghiêm trọng cả.

Trò chơi ngày hôm nay: Dạy bé nói chuyện

Trước khi cho bé bú sữa, nếu bé khóc liên tục không ngớt, trước tiên bạn phải kiểm tra xem có phải tã lót của bé bị ướt không, nếu tã ướt bạn hãy thay và rửa cho bé. Lưu ý nếu khuôn mặt mẹ tỏ vẻ bức bối, thậm chí mẹ càu nhàu, la cáu, thì bé sẽ không cảm thấy tin tưởng vào mẹ nữa. Khi chăm con, mẹ hãy trò chuyện cùng con, chẳng hạn: “Bé của mẹ rất thoải mái phải không?”, “Tè xong con thấy thoải mái hơn nhì, mẹ sẽ giúp con thay tã này, nào, để mẹ lau rửa cho con thật sạch sẽ.”

Mục đích

Mô phỏng một vài nguyên âm như a, o...cốt lõi của vần

để là ngoài tiếng khóc ra còn, kích thích bé phát ra các âm thanh khác.

Phương pháp

Người lớn đối diện với bé, há miệng, thè lưỡi và trò chuyện, phát ra âm thanh, hướng dẫn bé phát ra các âm như a, ô, hoặc a, u... Hoặc khi bé phát ra các âm thanh thì bố mẹ nên mô phỏng lại âm bé vừa phát ra, thu hút bé phản ứng trở lại. Khi phát ra âm thanh, khuôn hình miệng phải mở hơi rộng một chút, âm thanh phát ra cũng nên kéo dài, để giúp bé dễ dàng trong việc mô phỏng. Khi bé vui, bé sẽ phát ra âm thanh rất thánh thót và rõ ràng, chúng ta nên ghi âm lại âm thanh bé vừa phát ra, và khi bé tỉnh giấc cho bé nghe lại âm thanh đó để dạy bé phát ra âm thanh được rõ ràng hơn, thông qua bài tập luyện này, vào tháng này có bé có thể phát ra 1~2 nguyên âm.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Nên phơi nắng cho con, chú ý phơi mông bé dưới ánh nắng buổi sáng sớm vừa có thể phòng còi xương cho bé, vừa có thể phòng hăm loét cho bé.
- ❖ Ngừng ngay việc cho bé bú sữa mẹ nếu mẹ bị sốt 38 độ trở lên.
- ❖ Tại các vị trí khác nhau, chúng ta dùng âm thanh khác nhau để nâng cao năng lực thính giác cho bé.
- ❖ Có thể để bé nằm sấp trong giây lát.
- ❖ Chú ý không để cơ thể bé bị khô, nẻ.

NGÀY THỨ 52

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé tới tuần thứ 8, trọng lượng cơ thể có thể tăng thêm 1000 gam, mỗi ngày có thể tăng 30 gam.

Bàn tay của bé hầu hết mọi thời điểm đều để trong trạng thái duỗi ra. Tiếp tục cùng với bé chơi trò chơi, và dùng vật có lông mềm đùa chạm nhẹ vào tay và các ngón tay bé, khiến bé có thể ý thức được bàn tay của mình, chúng ta còn có thể nhẹ nhàng xoa tay của bé khiến bé có thể ý thức được bàn tay của mình. Nhẹ nhàng massage và chơi đùa với bàn tay và các ngón tay của bé. Nếu có thể chúng ta cũng có thể dùng các vật phẩm có tính chất khác nhau để massage cho tay của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Thử bắt

Mục đích

Rèn luyện các cơ eo và lưng cho bé.

Phương pháp

Đặt bé lên trên chiếc ghế sofa, cho bé tựa vào gối. Lắc nhẹ chuông trước mặt bé, thu hút sự chú ý của bé và kích thích bé với tay lên tóm lấy chuông.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu người mẹ không giải mã được tín hiệu của bé, thì cuộc đối thoại giữa mẹ và con không có hiệu quả. Nếu mẹ không hiểu bé, bé rất bất bình và nghi hoặc, nếu tiếp tục cho bé rơi vào trạng thái này, thì sự tin tưởng của bé đối với mẹ không thể phát triển được. Xây dựng sự tin nhiệm là hình thành một cơ sở quan trọng để bé từng bước phát triển lành mạnh, vì vậy mẹ cần đặc biệt lưu ý.

NGÀY THỨ 53

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé được 8 tuần, khi bé nằm úp thì cằm của bé có thể nhấc khỏi giường được một góc 45 độ, nhưng không được để

bé trong tư thế này lâu. Khi bé nằm sấp, bố mẹ cần phải để mắt tới bé, tránh trường hợp bé bị ngạt thở.

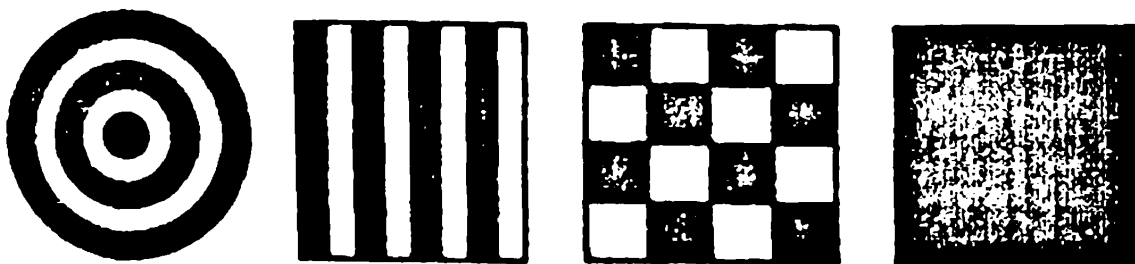
Trò chơi ngày hôm nay: Thử xem đó là cái gì

Mục đích

Phát triển năng lực chú ý và tri giác cho bé.

Phương pháp

Dùng tờ giấy cứng vẽ lên đó hai đường thẳng (một đường thẳng to màu đen và đường còn lại màu trắng), hoặc một tờ giấy hình tròn, vẽ màu trắng và đen xen nhau, lúc đó bé có xu hướng thích thú với các bức vẽ có màu trắng đen hơn. Đưa bức vẽ đặt gần trước mặt bé để cho bé quan sát trong giây lát.



Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Ánh sáng trong phòng ngủ của bé sơ sinh không được để quá sáng, không được treo đèn vào chính giữa chiếc giường của bé.
- ❖ Tránh ánh sáng quá chói lọi rọi thẳng vào mắt bé.
- ❖ Tránh cho bé xem đèn hàn, đèn khí.
- ❖ Khi trong gia đình có người mắc bệnh đau mắt đỏ hoặc bệnh mắt hột, tránh để bé tiếp xúc để hạn chế tới mức tối đa nguy cơ lây nhiễm sang bé.

NGÀY THỨ 54

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé gần được hai tháng, bé khoẻ hơn, ngoài thời gian ngủ hay uống sữa, bé hoạt động nhiều: chân tay bé đập và khua múa không ngừng. Tuy bé chưa linh hoạt, nhưng bé rất hào hứng vận động. Đây là thời cơ tốt nhất để luyện tập năng lực nắm bắt đồ vật cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Hai tay nắm

Mục đích

Rèn luyện 2 bàn tay cho bé.

Phương pháp

Đặt hai đồ chơi lên trên bàn, để cho bé một tay cầm đồ chơi này, một tay chơi đồ chơi kia.

Lời khuyên của chuyên gia

Có rất nhiều cuốn sách hướng dẫn các bà mẹ dạy con và các bước thực hành. Mẹ cũng có thể lắng nghe kinh nghiệm từ đồng nghiệp và bạn bè thân quen.

Các chuyên gia đưa ra lời khuyên rằng: Đừng chỉ chăm chú tới chỉ số thông minh (IQ) cho bé mà sao lãng với chỉ số cảm xúc (EQ) của bé. Chỉ số cảm xúc chính là năng lực trí tuệ thuộc cảm xúc, bao gồm: khả năng nhận thức cảm xúc của chính mình, khả năng quản lí cảm xúc, khả năng khích lệ chính mình, năng lực nhận biết cảm xúc của người khác, năng lực đối nhân xử thế.

Năng lực trí tuệ cảm xúc của một người đóng vai trò quan trọng trong việc điều hoà các mối quan hệ: năng lực lãnh đạo, năng lực điều tiết, thành tích học tập, mối quan hệ vợ chồng, tiêu chuẩn đạo đức... Vì thế, từ khi trẻ còn nhỏ, chúng ta phải dạy cho bé hình thành một năng lực trí tuệ thuộc cảm xúc tốt đẹp.

NGÀY THỨ 55

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể biểu đạt các trạng thái cảm xúc: hưng phấn, vui mừng, buồn bực. Bé biết cười với các thành viên trong gia đình.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát dân ca

Mục đích

Bồi dưỡng cảm quan về ngữ âm cho bé.

Phương pháp

Mẹ vừa ôm bé vừa nhẹ nhàng hát cho bé nghe các làn điệu dân ca.

Đừng qua tâm bé có hiểu được lời bài hát đó hay không, chỉ cần bé nghe được giọng hát của mẹ thật nhẹ nhàng và bài hát đó có nhịp và vần điệu là đã tốt cho bé rồi.

Khi bé ngủ hoặc khi được mẹ vuốt nhẹ vào má, vào bụng, nghe thấy tiếng hát dỗ dành của mẹ, các bé sơ sinh thường nở nụ cười. Các nhà chuyên gia cho rằng: Tiếng cười này có thể phản ánh một trạng thái bé đang yên tâm.

Khoảng từ tuần thứ năm, âm thanh và nét mặt của người lớn có thể dễ dàng khiến bé sơ sinh cười, đồng thời khi bé cười mắt bé sáng lên, khoé mắt nheo lại, nhưng thời gian để duy trì nụ cười không thể kéo dài lâu được. Khi bé đến tuần thứ 8, bé có thể cười lâu hơn. Tới tuần tuổi này, dù bé nhìn thấy một khuôn mặt quen, hay lạ, hay thậm chí chỉ là một chiếc mặt nạ đều có thể kích thích làm cho bé cười.

NGÀY THỨ 56

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể vận động chân tay thoải mái, vì vậy dường như bé đã trưởng thành rất nhiều. Bé được tám tuần thì bộ

não càng phát triển hoàn thiện hơn, sức chú ý từ “đồ vật ở đâu?” chuyển sang mức độ “vật này là vật gì?”. Vì vậy trọng tâm quan sát đồ vật của bé cũng đi từ giai đoạn “đi tìm đồ vật” chuyển sang giai đoạn “nhận thức đồ vật”. Phải chú ý xem bằng cách nào mà bé có thể nhận ra khuôn mặt của mẹ và làm sao mà bé có thể lắc lư cánh tay của bé và cười.

Trò chơi ngày hôm nay: Cầm và chơi

Mục đích

Tập luyện điều tiết mắt và tay cho bé.

Phương pháp

Mẹ ôm bé vào lòng, lấy một đồ chơi treo vào trước ngực của bé, để cho bé cầm và chơi, sau khi bé chơi xong mẹ có thể tháo đồ chơi đó ra cho bé.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Các bé nhỏ thường không thích chơi với các đồ chơi quá phức tạp, vì vậy bé tiếp xúc với thế giới bên ngoài đa số là thông qua các cơ quan như thị giác, thính giác và xúc giác. Bé thích nhìn khuôn mặt của mọi người, thích các vật thể có thể chuyển động được, các đồ vật có khả năng phát ra âm thanh và có màu sắc mới lạ.
- ❖ Chúng ta nên chọn cho bé một chiếc giường đơn dành riêng cho trẻ sơ sinh có kiểu thiết kế mới lạ, cho bé đi loại bít tất có hoa văn thật bắt mắt. Cố gắng tạo lập một môi trường phù hợp với tuổi và tâm sinh lý của bé, chẳng hạn như loại dây treo nhỏ: các đồ vật chuyển động được có thể dễ dàng thu hút sự chú ý của bé; chú ý nên vào các vị trí để bé có thể nhìn thấy được. Tốt nhất nên thay đổi đồ chơi này vài ngày một lần. Chọn đồ chơi làm bằng nhựa có hình dáng tròn hoặc các hình thù khác, để bé có thể dễ dàng nắm bắt,

cũng có thể cho vào miệng mà không nguy hiểm, không độc hại. Các loại bóng hoặc các đồ chơi có chất liệu mềm mại: tốt nhất là các đồ chơi chế tạo đơn giản, có chất liệu khác nhau. Có thể cho bé tự ngắm nhìn mình trong gương. Các đồ chơi khác có thể phát ra âm thanh như chiếc trống, chiếc chuông rung: các bé sẽ nghịch, bóp, véo, đập...chúng sẽ phát ra các âm thanh.

NGÀY THỨ 57

Bé lớn lên và rèn luyện

Phản xạ ôm ấp của bé khi được sinh ra sẽ bị mất đi khi bé đã đầy 2 tháng.

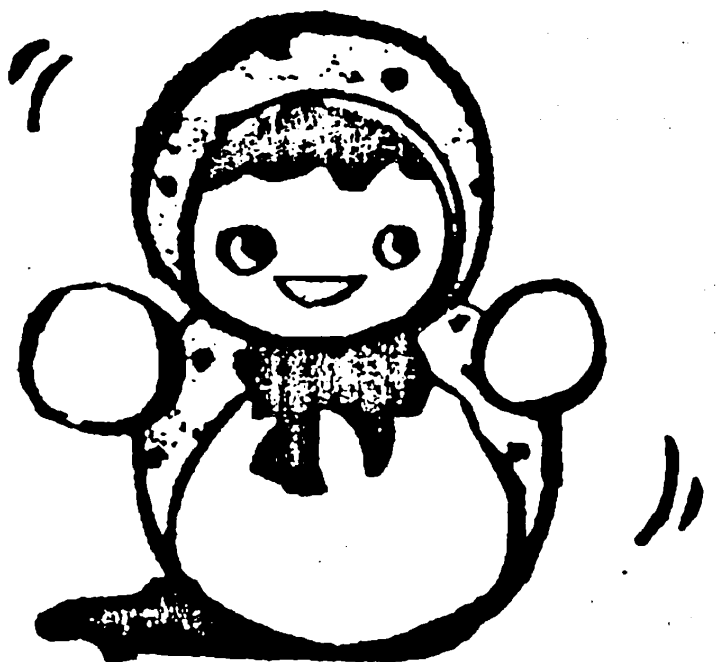
Trò chơi ngày hôm nay: Sờ búp bê

Mục đích

Từ khả năng chạm đồ vật vô thức đến chạm có ý thức

Phương pháp

Các ngón tay của bé trong trạng thái duỗi ra khi tỉnh táo. Treo một con búp bê bằng vải hoặc các đồ chơi khác lên trên thành giường của bé, khi đó bé sẽ chạm vào chúng chỉ là trong vô thức, gây ra một cảm giác thuộc sự đụng chạm. Sự đụng chạm này sẽ cuốn hút làm cho bé sẽ tiếp tục chạm tay mình vào sờ đồ chơi này một lần nữa, dần dần chuyển từ chạm vô thức chuyển sang bé chạm có ý thức. Các đồ chơi trên giường chúng ta



có thể thay thế bằng các đồ chơi khác như: quả bóng cao su, chiếc chuông... có chất liệu khác nhau, nhằm tăng cường kinh nghiệm xúc giác cho bé từ đó thúc đẩy sự phát triển xúc giác của bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Bài tập dành cho bé sơ sinh: động tác ưỡn ngực

Mục đích

Rèn luyện sức khỏe cho bé.

Phương pháp

Yêu cầu của động tác:

Bài 1. Nâng cánh tay lên

Khi ta nâng hai cánh tay của bé lên, hai cánh tay phải rộng bằng vai. Động tác của mẹ phải nhẹ nhàng, khi chúng ta kéo hai cánh tay bé theo hướng chéo, chúng ta phải làm nhẹ nhàng để cho hai cánh tay của bé có thể từ từ duỗi thẳng ra được.

Bài 2. Động tác ưỡn ngực:

Mẹ kéo hai cánh tay của bé lên trên, lòng bàn tay bé hướng lên trên, lưng bàn tay của bé chạm vào giường.

Hai cánh tay của bé đan xen chéo trước ngực, đồng thời chúng ta ấn nhẹ nhàng trước ngực của bé.

Làm giống động tác (1)

Trở lại tư thế chuẩn bị

Lặp lại các động tác trên

Bài 3: Động tác duỗi thẳng các chi trên cho bé

Mẹ gấp khúc cánh tay trái hướng lên trên cho bé, tay phải chạm vào vai bé.

(2) Trở lại tư thế chuẩn bị.

(3) Mẹ gấp khúc cánh tay phải hướng lên trên cho bé, tay phải chạm vào vai bé.

(4) Trở lại tư thế chuẩn bị.

(5) Lặp lại động tác.

Yêu cầu của bài tập: Mẹ phải nhẹ nhàng, cẩn thận tránh làm tổn thương bé.

Bài 4: Động tác khom các khớp đùi cho bé

Tư thế chuẩn bị: Cho bé nằm ngửa, hai chân duỗi thẳng, bố mẹ có thể dùng hai tay của mình nắm lấy cổ chân của bé.

Giải thích: Mẹ cầm hai đùi của bé khom đến phần bụng bé.

(2) Trở lại tư thế chuẩn bị

(3) Làm giống động tác (1)

(4) Trở lại tư thế chuẩn bị

(5) Lặp lại động tác.

Yêu cầu của bài tập: Khi khom đùi cho bé, hai đầu gối của bé không được xa nhau, khi thực hiện động tác này có thể dùng một chút lực, làm cho phần đùi và phần bụng của bé tạo một áp lực, tốt cho sự co bóp của ruột. Khi tiến hành động tác duỗi, khom đều yêu cầu không được dùng lực quá lớn, để tránh tổn thương tới các khớp và các dây chằng của bé.

NGÀY THỨ 58

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé đến tháng thứ 3, phần cằm và vai của bé có thể nâng lên khỏi bề mặt của giường, phần ngực của bé cũng có thể nâng lên khỏi mặt giường.

Lời khuyên của chuyên gia

Đồ chơi và bóng nhựa là những lựa chọn dành cho bé.

Các đồ chơi tốt nhất là các đồ chơi đơn giản và có chất liệu khác nhau. Trước tiên, phải kể đến những loại đồ chơi

mềm mại mà an toàn, màu sắc tươi mới, hình dáng phong phú; ngoài ra còn có thể phát ra tiếng nhạc, âm thanh vui tai.

Qua việc nắm bắt đồ vật, cơ tay của bé trở nên linh hoạt hơn. Nên treo ảnh bé nhìn hoặc cho bé soi gương để bé có thể tự ngắm nhìn mình, bé có thể nhận biết mình trông như thế nào nhờ vào chiếc gương soi và bức ảnh, có thể lồng ảnh của bố mẹ và bé vào một chiếc khung mềm để cho bé ngắm nhìn, tập luyện năng lực chú ý và năng lực nhận biết cho bé.

Giai đoạn quan trọng nhất để phát triển trí tuệ cho mỗi người đó là thời kì 0~3 tuổi và việc này nên bắt đầu càng sớm càng tốt. Nếu sau 3 tháng bé chào đời mới tiến hành tập luyện để phát triển trí tuệ cho bé thì kế hoạch của bạn đã muộn mất 3 tháng rồi.

Trò chơi ngày hôm nay: Đã nghe thấy chưa?

Mục đích

Kiểm tra thính giác cho bé.

Phương pháp

Cho vài hạt đậu xanh vào trong một chiếc hộp sắt hoặc một chiếc hộp nhựa, lúc tâm trạng bé vui vẻ, chúng ta có thể lắc chiếc hộp trước mặt bé khoảng 30cm để cho nó phát ra âm thanh, xem bé lúc đó có phản ứng gì không. Nếu thính lực của bé bình thường, bé sẽ có các phản ứng tương ứng trên khuôn mặt. Nếu bé không có phản ứng gì, ta có thể lắc lại chiếc hộp đó nhiều lần xem sao, nếu bé vẫn chưa có phản ứng gì, nên đi gặp bác sĩ để tiến hành kiểm tra.

NGÀY THỨ 59

Bé lớn lên và rèn luyện

Cuối tháng thứ hai, trọng lượng cơ thể bé có thể tăng hơn

lúc mới sinh 2000gam. Tháng này bé sẽ cười khi chơi đùa; mắt bé có thể dõi theo phương hướng của những vật thể trôi trên mặt nước; có khả năng quay đầu lại để tìm tòi nguồn gốc của âm thanh phát ra; khi nằm ngửa bé có thể ngẩng đầu lên trong giây lát; bé có thể chuyển động phần đầu một cách tự do; bàn tay có thể nắm vào hoặc duỗi ra, hai tay có thể chơi đùa trước ngực, có thể mút ngón tay trỏ của mẹ.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhảy và nhảy

Mục đích

Thúc đẩy sự phát triển cơ đùi của bé.

Phương pháp

Tay mẹ đỡ lấy nách bé, cho bé đứng lên chân mẹ, nâng bé lên bằng sức của đôi chân mẹ, và hạ xuống thấp, nâng lên hạ xuống nhịp nhàng, trong lúc chơi, mẹ vui vẻ nói: “Nhảy, nhảy nào! Nhảy, nhảy nào!”.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Các hoạt động và trò chơi dành cho các bé 6 tháng tuổi gồm có:
- ❖ Hoạt động ngữ âm và âm thanh, hát cho bé nghe: khi mẹ cho con bú, vừa đung đưa, ôm bé ru bé ngủ, mẹ vừa hát cho bé nghe
- ❖ Các trò chơi và hoạt động cơ thể, cùng với các bé khiêu vũ nhảy múa: lắc lư đung đưa theo tiết tấu đơn giản. Các bé rất thích chơi những trò chơi đơn giản như: ngồi lên người mẹ, dựa vào đầu gối mẹ, mẹ ôm bé chạy trong phòng, khi thức hiện các trò chơi này, cần phải thực hiện một cách nhẹ nhàng và chú ý bế - đỡ bé thật chắc chắn.

Sự đánh giá quá trình phát triển của bé sau hai tháng

Động tác lớn

Đặt bé nằm sấp, hai tay bé vớ lên trên, mẹ cầm đồ chơi đùa với bé, bé có thể ngẩng phần đầu của mình lên khỏi mặt bằng của giường với một góc 45 độ.

Động tác chi tiết

Bé nằm ngửa, để tay bé tự do hoạt động, bé có thể chủ động cho tay vào miệng.

Năng lực nhận thức

Bé nằm ngửa, mẹ dùng đưa một quả bóng màu hồng trước mặt bé, cách mắt bé khoảng 20cm, mắt bé có thể dõi theo phương hướng chuyển động của quả bóng trong phạm vi một góc 90 độ.

Sự phát triển ngôn ngữ

Mẹ đối diện với bé, dùng mọi cử chỉ động tác để thu hút sự chú ý của bé như: các sắc thái biểu cảm trên khuôn mặt mẹ, sự thay đổi cơ mặt, sự thay đổi ngữ điệu ..., khi được kích thích, bé có thể phát ra các âm thanh như a, o, e...

Cảm xúc và hành vi xã giao

Mẹ dùng đồ chơi hoặc ngôn ngữ để thu hút bé, bé sẽ phát ra tiếng cười khanh khách. Mẹ đứng trước mặt bé, không chơi đùa với bé, bé cũng có thể chủ động phát ra tiếng cười, khua chân múa tay, thể hiện sự vui mừng.

THÁNG THỨ 3

- Cần tập luyện thường xuyên các bài tập dành cho bé.
- Tập nằm sấp và các bài tập lật người.
- Tập luyện cho bé khả năng quan sát, theo dõi vật thể.
- Duy trì các hoạt động ngoài trời cho bé, để phòng tránh bệnh còi xương.
- Tập luyện năng lực cầm và nhắm bắt đồ vật.
- Chuyện trò cùng bé.
- Tăng thêm thời gian chơi trò chơi cho bé.
- Đầu bé có thể vươn lên, khi bé nằm sấp cánh tay có thể chống đỡ được, bé có thể ưỡn ngực, ngẩng đầu.
- Bé thích đùa với người thân, có thể phát ra tiếng cười.
- Khi cùng bé chơi với các đồ chơi, bé có thể phát ra các âm thanh thể hiện sự vui mừng.
- Bé còn có thể phát ra các âm thanh như: e, h, ai...

NGÀY THỨ 60

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé 3 tháng tuổi khi đằng sau lưng mình có tiếng chuông kêu thì sẽ có phản ứng chớp mắt hoặc quay đầu lại.

Trò chơi ngày hôm nay: Tiếng vang ở hướng nào?

Mục đích

Dùng âm thanh thu hút sự chú ý của bé để bé ngoảnh đầu lại, thúc đẩy sự phát triển năng lực định hướng cho thính giác.

Tiền đề

Phần đầu của bé có thể chuyển động tùy ý.

Phương pháp

Phát ra các âm thanh khác nhau tại vị trí và phương hướng khác nhau trong phòng, chẳng hạn: rung chuông ở góc này, nhưng ở một góc khác ta có thể lấy một đôi đũa gõ vào chiếc bát, hoặc tại một chỗ khác ta chuyển động bàn ghế; sau đó mẹ từ một hướng khác vừa nói chuyện với bé vừa tiến lại gần chỗ bé, xem bé có ngoảnh đầu theo hướng mà âm thanh phát ra không. Các bé được tập luyện trò chơi này thì có khả năng ngoảnh đầu theo phương hướng của âm thanh phát ra một cách chính xác và nhanh.



NGÀY THỨ 61

Bé lớn lên và rèn luyện

Thông thường, các bé thuộc độ tuổi từ 3~6 tháng tuổi có khả năng phân biệt được âm thanh khá trầm của bố, và âm thanh khá cao của mẹ, và có thể nhận biết được các phương thức đặc biệt khi bố mẹ gọi tên bé, đồng thời bé còn có thể biểu đạt tình yêu của bé đối với cha mẹ.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhận biết bố mẹ

Mục đích

Sớm nhận biết được bố mẹ, thúc đẩy sự phát triển mang tính thích ứng với xã hội.

Tiền đề

Đích thân bố mẹ chăm sóc cho bé, bé sẽ nhận ra người đã chăm sóc mình.

Phương pháp

Tạm thời mẹ rời xa bé nhưng sau đó bất ngờ xuất hiện trước mặt bé (nhưng lưu ý không làm bé giật mình), đồng thời cười với bé, vỗ tay hoặc gọi tên bé, bé sẽ có các phản ứng tích cực như: cười thành tiếng, gọi, khua tay, khua chân... Nếu mẹ không đích thân chăm sóc cho bé, thì bé cũng có thể nhận ra mẹ nhưng thiếu sự nhiệt tình. Bố thường xuyên chăm sóc bé cũng có thể đón nhận được sự niềm nở của bé; ông bà, người thân thường xuyên chơi cùng bé cũng nhận được từ bé sự nhiệt thành.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Quan tâm tới bé, cần nỗ lực hiểu rõ ý muốn mà bé diễn đạt (thuộc dạng phi ngôn ngữ), đồng thời trả lời bé một cách nhanh chóng.
- ❖ Phải hiểu rõ bé, lí giải được bé đang muốn gì, đang nghĩ gì, mong muốn như thế nào, và giúp bé làm được, giải thoát được sự ưu tư cho bé.
- ❖ Yêu thương, vuốt ve bé nhiều hơn.
- ❖ Tất cả các thành viên trong gia đình cần phải là những người bạn tốt của bé, yêu thương bé thực sự, đừng nên chọn bảo mẫu không yêu quý trẻ con.
- ❖ Tạo dựng cho bé một không gian hoạt động thoải mái, để cho bé tự do thể hiện tài năng của mình.
- ❖ Đem lại cho bé một sự kích thích vừa phải, nhưng không được vượt quá độ thích hợp.
- ❖ Mẹ cung cấp cho bé các đồ chơi với mọi hình thức và màu sắc.
- ❖ Đồ chơi phải to một chút, không để cho bé nhét bé vào miệng, mũi và trong tai.
- ❖ Đồ chơi phải vệ sinh, an toàn, không chứa chất độc hại, không phải là lông da thật.

NGÀY THỨ 62

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trai được 3 tháng tuổi có thể đạt trọng lượng 6030g, bé gái có thể đạt 5,48kg, mỗi ngày bé có thể tăng 25~30g. Khi chúng ta bế thẳng bé lên thì bé có thể giữ đầu thẳng. Để ý không cho bé tùy tiện nhét các đồ vật trong tầm với vào miệng.

Bé thích dùng miệng để nhận biết đồ vật, cứ cầm được thứ gì là cho ngay vào miệng, nhai nhai, cắn cắn. Chúng ta không nên cản trở bé nhận thức và khám phá thế giới xung quanh, chỉ cần vật đó an toàn, không độc hại, không mất vệ sinh thì hãy để cho bé thử. Thông qua việc nhai và cắn đồ vật, bé có thể hiểu được ý niệm đối lập giữa cái mềm và cứng, thô ráp và nhẵn bóng... Cha mẹ nên thường xuyên thay, giặt chăn gối và quần áo cho bé, vệ sinh đồ chơi sạch sẽ.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi với ngón tay và ngón chân

Ở giai đoạn này, bé bắt đầu phát hiện ra các bộ phận trên cơ thể của mình đều “thuộc về mình”. Các bé bắt đầu thấy thích thú với các ngón tay và các ngón chân của mình, ngày nào bé cũng sờ và sờ, rồi ngửi và ngửi, thậm chí cho bé vào trong miệng để nếm, “nghiên cứu, nghiên cứu”.

Nhằm khuyến khích các bé với loại “nghiên cứu” cơ thể của mình kiểu này, có thể đi cho bé một đôi bít tất màu hồng hoặc đeo một chiếc lắc chuông vào cổ chân của bé, như thế bé cảm thấy chú ý tới chân của mình nhiều hơn.

Trong lúc rảnh rỗi, bố mẹ có thể cầm ngón chân của bé, vuốt ve, cho chúng vào trong miệng của mình, thơm chân bé, đùa nghịch với đôi chân của bé một cách nhẹ nhàng. Vừa làm vừa trò chuyện với bé, làm động tác gì thì nói ra cho con biết, sau đó cùng với bé chơi trò chơi với ngón chân và ngón tay, giúp bé đếm số ngón chân, “1 quả bóng nhỏ, 2 quả bóng nhỏ, 3 quả bóng nhỏ, 4 quả bóng nhỏ, 5 quả bóng nhỏ!” đùa

cho bé cười, cứ làm lặp lại nhiều lần như thế, câu hát có thể không ngừng thay đổi cho mới mẻ.

Cũng có thể cầm tay của bé thực hiện trò chơi này.

Bà mẹ cần phải biết rằng: các bé ở thời kì này rất cần người bên cạnh chăm sóc, sau khi bé tỉnh dậy, bé thích nhất là có người bên cạnh chăm sóc, chơi đùa, vuốt ve mình và cùng bé chơi trò chuyện, lúc đó bé mới có thể cảm thấy an toàn, thoải mái và vui vẻ.

NGÀY THỨ 63

Bé lớn lên và rèn luyện

Chiều cao của các bé trai lúc này vào khoảng 60,30cm, còn các bé gái vào khoảng 58,99cm, do tốc độ tăng thể trọng nhanh hơn chiều cao nên bé thường trở nên mập.

Đối với các âm thanh đột ngột, không những cơ thể bé có phản ứng, mà bé còn chớp mắt và cười...

Năng lực thị giác và thính giác của bé lúc này nhạy bén hơn nhiều so với trước kia. Treo đồ chơi cách giường của bé khoảng 25~50cm, nhưng nên chú ý không nên treo các đồ chơi này chỉ mãi một vị trí mà phải thay đổi vị trí thường xuyên, để tránh bé bị bệnh lác mắt. Khi chơi đùa với bé, chúng ta có thể lay động trò chơi sang trái phải, để cho ánh mắt của bé chuyển động theo hướng của đồ chơi, góc độ mà bé có thể quan sát được sang trái phải với một góc là 45 độ. Làm như thế chính là một phương pháp tốt để thúc đẩy sự phát triển thị giác cho bé. Chú ý không để ánh sáng chói trực tiếp vào mắt của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Lấp mắt nạ mèo

Mục đích

Kích thích cho tâm trạng bé vui vẻ.

Phương pháp

Mẹ ôm bé vào lòng, bố cầm chiếc khăn vuông có hình con mèo để che mặt mình lại, sau đó đột nhiên kéo khăn ra, gọi tên bé, đùa cho bé cười. Lại đưa chiếc khăn đó gần mặt của bé, xem bé có kéo khăn xuống để trêu bố không.

Đa số các bé đều thích chơi trò chơi này. Khi người lớn trốn sau một tờ giấy hoặc một chiếc bàn, bất ngờ xuất hiện, bé sẽ thấy hứng thú và cười nhiều hơn.

Trong bộ não của bé thuộc độ tuổi này đã xây dựng nên một ý niệm cơ bản “sự tồn tại của sự vật”. Sự xây dựng nên ý niệm này sẽ tạo một tiền đề vững chắc cho việc từng bước thăm dò đối tượng để chơi, phát triển trí lực.

Trò chơi “mặt nạ hình mèo” có tác dụng phát triển trí tuệ của bé. Tuy nhiên, chúng ta phải chú ý hai điểm sau đây:

- Thứ nhất là thời gian mẹ đi trốn không được quá lâu vì nếu bé phải đợi chờ mẹ quá lâu bé sẽ cho rằng mẹ đã không ở lại đây nữa, và chuyển sự chú ý tới sự vật khác.

- Thứ hai là khi nấp sau một vật nào đó thì cũng phải xuất hiện đúng tại vị trí đó để bé dễ dàng hiểu được “luật” của trò chơi, để bé thoải mái và hài lòng với trò chơi đó.

Thông qua trò chơi “đắp mặt nạ mèo” có thể nâng cao sự hiểu biết của bé về không gian và thời gian, đồng thời tăng cường nhận thức về sự tồn tại của sự vật, tạo nền tảng vững chắc cho sự ham muốn khám phá các trò chơi cho bé.

NGÀY THỨ 64

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi phát hiện ra sự chú ý của bé tập trung vào một vật thể nào đó, thì ta có thể đưa bé tới gần vật thể đó, cho dù bé có hay không có khả năng nghe hiểu, chúng ta cũng nên nói tên chính xác vật thể đó cho bé nghe, chẳng hạn: “Bé biết không, đây là

chiếc đồng hồ báo thức”, hay “Chiếc bình hoa này là quà sinh nhật của ba”... Sau đó, khi bé chú ý tới những vật thể này, có thể nhắc lại cho bé tên gọi của những đồ vật đó.

Sau một thời gian, nếu có chiếc đồng hồ báo thức, bình hoa hay đồ vật khác đặt cùng một chỗ, chúng ta nhắc đến tên gọi của đồ vật, thì bé cũng sẽ chú ý tới những đồ vật đó, điều này cho biết rằng bé đã bắt đầu ý thức được về phương hướng.

Trò chơi ngày hôm nay: Chiếc đèn

Mục đích

Phát triển năng lực nhận thức cho bé.

Phương pháp

Đèn treo trong phòng ngủ của bé không được quá sáng, cần cách bé xa một chút, mỗi khi tắt đèn mẹ nên nói “mẹ tắt đèn này”. Vài ngày sau đó, mẹ phát ra âm “đèn” thì bé liền đưa mắt nhìn chiếc đèn.

NGÀY THỨ 65

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé nằm ngửa, mẹ có thể nhẹ nhàng kéo tay, đầu bé, có thể kéo hơi mạnh tay một chút. Đôi tay của bé từ tư thế nắm chặt chuyển sang thả lỏng, nếu đưa một đồ chơi nhỏ chạm vào tay bé thì bé sẽ cầm lấy trong khoảng thời gian ngắn một cách vô thức, khi sắp cho bé bú, bé có thể ngay lập có các động tác hút hút, bé biết dùng chân đá đồ vật.

Trò chơi ngày hôm nay: Vận động và hát

Mục đích

Rèn luyện sức khỏe.

Phương pháp

Các trò chơi vận động không thích hợp ở thời điểm nửa tiếng trước hoặc sau khi bú sữa, vì có thể làm bé nôn ói. Ngoài ra, khi chơi trò chơi cùng bé, cha mẹ phải chú ý tới tâm trạng của bé, nếu bé không thích chơi thì chúng ta không nên miễn cưỡng. Khi thực hiện động tác, đối với bé càng nhỏ tuổi thì phải làm càng nhẹ nhàng. Khi bắt đầu thực hiện trò chơi, tần số vận động tương đối chậm, và sẽ tăng dần sau đó. Để tăng thêm sự thú vị cho trò chơi, khi chúng ta giúp bé làm động tác, có thể phối hợp với tiết tấu nhịp điệu bằng cách vừa hát vừa chơi cùng bé. Có thể chọn các bài đồng dao, các câu ca dao giàu nhạc điệu để hát cho bé nghe.

Lời khuyên của chuyên gia

Bài tập dành cho bé: Động tác đuổi thẳng tay cho bé.

Giải thích

- ❖ Mẹ gấp khúc cánh tay trái hướng lên trên cho bé, tay phải chạm vào vai bé.
- ❖ Trở lại tư thế chuẩn bị.
- ❖ Mẹ gấp khúc cánh tay phải hướng lên trên cho bé, tay phải chạm vào vai bé.
- ❖ Trở lại tư thế chuẩn bị.
- ❖ Lặp lại động tác.

Yêu cầu của bài tập: Các bà mẹ phải tiến hành nhẹ nhàng khi giúp bé vận động, không để cánh tay của bé chạm vào giường.

Trong lúc vận động hoặc chơi, bé sẽ rất vui, và sẽ phát ra các âm như: a a i và ô ô u. Khi bé phát ra các âm thanh đó thì nhất định mẹ phải trả lời. Chẳng hạn mẹ có thể nói “u”, lúc này mẹ cũng có thể nói “U, con của mẹ khoẻ chứ!” khi bé phát ra âm “ô”, mẹ có thể nói “Ô, thật cừ!”, khi bé nhận được sự đáp lại từ phía mẹ, bé sẽ hào hứng nói, đồng thời bé có thể phối hợp được các động tác, biểu lộ, thanh điệu của mẹ, từ đó bé có thể hiểu được nội dung mà mẹ nói chuyện.

NGÀY THỨ 66

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé có người chơi đùa cùng, bé sẽ rất vui và sẽ cười, đồng thời bé có thể phát ra các âm như a, ya. Nếu bé bức tức, bé sẽ khóc to hơn mọi hôm. Bé sẽ sử dụng ngôn ngữ đặc biệt này để giao lưu tình cảm với người lớn.

Bố mẹ nên giao lưu với con thường xuyên và hưởng ứng con một cách kịp thời để phát triển tình cảm của bé, đồng thời phát triển năng lực ngôn ngữ cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhảy theo nhạc

Mục đích

Thay đổi vị trí cơ thể, thúc đẩy sự phát triển của tiền đình, tăng cường cảm thụ về thẩm mỹ trong giai điệu và tiết tấu âm nhạc cho bé.

Phương pháp

Mỗi buổi chiều, tranh thủ thời gian khoảng 20 phút, bố mẹ ôm bé và nhún nhảy theo nhạc, được lắc lư cơ thể trong một giai điệu, tận hưởng cái hay cái đẹp của âm giai và tiết tấu khiến tâm trạng bé thoải mái. Khi hào hứng, bé luôn cười, chân tay không ngừng đập theo giai điệu. Dần dần, ta phát hiện ra rằng bé thích thú với một bản nhạc nào đó hơn những bản nhạc khác.

NGÀY THỨ 67

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé nghe thấy những âm thanh của người nói chuyện với bé hoặc âm thanh đặc biệt, bé sẽ chăm chú lắng nghe và phát ra âm thanh để hưởng ứng "cu cu", bé biết dùng ánh mắt để theo dõi một người đi lại gần bé.

Trong giai đoạn này, bé mong muốn giao lưu một cách tích cực, nhưng để bé học nói chuyện cần phải có một quá trình 2~3tháng.

Khi bé đã ăn no, ngủ ngon, tỉnh dậy, bé liền phát ra các âm một cách hoạt bát “aa, ee, mm”, giống như đang nói cái gì đó, đặc biệt là khi có người ở bên cạnh bé, bé sẽ rất vui và phát ra những âm này, đây chính là một biểu hiện chứng tỏ nhu cầu của bé đã được thoả mãn, mà không phải là một loại ngữ âm.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát

Hát là một phương thức giao lưu tốt giữa mẹ và bé, tuy bé không hiểu được ý nghĩa của lời bài hát, nhưng bé có thể nghe hiểu được tình cảm mà âm điệu bao hàm. Bài hát thánh thót chất chứa tình cảm dạt dào của mẹ, rất có lợi cho việc nâng cao cảm quan về ngôn ngữ cho bé. Mẹ ôm bé vào lòng, ngắm nhìn bé, nhẹ nhàng vỗ về bé, và cất lên tiếng hát:

Trên trời có vầng trăng cong cong

Trên sông có chiếc thuyền nho nhỏ

Chiếc thuyền nhỏ có hai cái đầu nhọn

Mẹ và bé ngồi trong chiếc thuyền nhỏ

Ngẩng đầu nhìn bầu trời xanh xanh ánh sao lấp lánh.

NGÀY THỨ 68

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé ở tháng thứ 3 có thời gian ngủ ngắn hơn một chút so với các bé được trên 1 tháng tuổi. Thông thường bé ngủ khoảng 8 tiếng, ban ngày bé ngủ khoảng 3~4 giấc, mỗi giấc bé ngủ khoảng 1,5~2 tiếng, ban đêm bé ngủ 10~12 tiếng, ban ngày sau mỗi giấc ngủ bé có thể tiếp tục hoạt động 0,5~2 tiếng.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe và nghe, tìm và tìm

Mục đích

Phát triển sự chú ý và năng lực thính giác cho bé.

Phương pháp

Mẹ cầm một đồ chơi có thể phát ra âm thanh, lắc lư trước mặt bé, sau đó đi tới góc khác của căn phòng, lại rung đồ chơi, quan sát xem bé có phải đang chăm chú nhìn không, lại tới một chỗ khác rung đồ chơi, quan sát xem bé có phải đang tìm kiếm âm thanh không. Trong quá trình chơi trò chơi, mẹ cần trò chuyện với bé, khích lệ bé cùng chơi với mẹ.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu bé được đầy tháng mà không biết cười, mắt đờ ra, không có phản ứng gì đối với âm thanh phát ra từ sau lưng, chúng ta nên kiểm tra trí lực, thị giác, thính giác của bé xem có bình thường không.

NGÀY THỨ 69

Bé lớn lên và rèn luyện

Hai bàn tay của bé đã có thể mở ra một cách dễ dàng, bé bắt đầu ý thức được bàn tay của mình. Lúc này, hãy kích thích cơ quan xúc giác để tăng cường ý thức về tay của bé. Tốt nhất nên sử dụng các vật thể có tính chất khác nhau, khi đặt vào lòng bàn tay bé một vật thể nào đó, cần phải đặt theo hướng ngang của vân tay bé. Cho dù các ngón tay của bé chưa thể uốn cong được, nhưng cha mẹ cần nhớ rằng, vùng nhạy cảm nhất trên tay bé chính là các đầu ngón tay. Tăng cường ý thức về tay cho bé bằng cách để cho bé tiếp xúc với các vật phẩm và đồ chơi có các tính chất, độ ẩm, và nguyên liệu khác nhau.

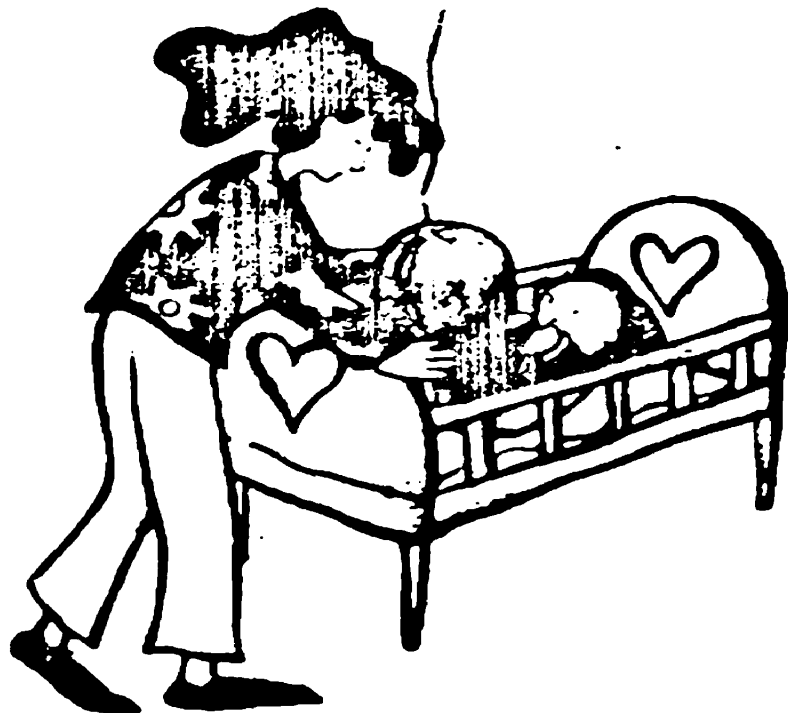
Trò chơi ngày hôm nay: Nắm và nắm

Mục đích

Luyện tập năng lực nắm bắt cho bé.

Phương pháp

Hãy mang tới cho bé vài món đồ chơi mới mẻ, lúc đầu bé sẽ cầm một cái, rồi làm rơi, bé lại cầm một cái đồ chơi khác, về sau bé có thể dùng hai tay để cầm đồ chơi, mỗi tay cầm một cái.



NGÀY THỨ 70

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé nhỏ thường thăm dò thế giới bên ngoài bằng các trò chơi. Nếu chúng ta quan sát kĩ, thì bạn sẽ chú ý đến những kĩ xảo biểu đạt của bé, chẳng hạn như khi hai chân của bé đứng trên mặt phẳng thì bé có thể đá chân một cách nhẹ nhàng, lúc này mẹ có thể khích lệ cổ vũ các động tác đá chân của bé và tăng cường sức mạnh cho phần chân bé. Chúng ta thử lấy ngón tay của ta đặt vào trong lòng bàn tay của bé, bé sẽ nắm chắc lấy tay của bạn một cách tự động. Phản xạ này mang lại một ấn tượng sâu sắc cho người lớn, tuy nhiên nó sẽ dần dần mất đi khi bé được 5~6 tháng tuổi.

Trò chơi ngày hôm nay: Chào con

Mục đích

Phát triển xúc giác và kĩ năng của bàn tay bé.

Phương pháp

Mẹ đặt ngón tay của mẹ vào lòng bàn tay bé, để cho bé nắm lấy ngón tay mẹ, sau đó mẹ nhẹ nhàng đưa tay miệng nói: “chào con, chào con”, hoặc có thể nói “lắc a lắc a, “lắc a lắc a, lắc đến chiếc cầu nhà bà ngoại” lúc này bé sẽ rất thích thú.

Lời khuyên của chuyên gia

Massage cho bé

- Nhiệt độ trong phòng của bé phải ấm áp, không được massage bé trong phòng có điện thoại, có thể mở lên một bản nhạc nhẹ nhàng.
- Đặt bé lên trên một chiếc khăn tay mềm.
- Mẹ có thể massage phần đỉnh đầu, khuôn mặt, trán, massage quanh khoé mắt và tai bé.
- Massage từ vùng ngực thuận theo tới sườn.
- Massage quanh vùng bụng của bé, trước tiên đi từ trái sang phải, sau đó đi từ phải sang trái.
- Dùng các ngón tay massage cột sống của bé, từ vùng cổ đến vùng sống lưng.
- Massage phần đùi, từ đùi đến đầu gối, từ dưới đầu gối đến mắt cá chân.
- Massage cánh tay như phương pháp massage vùng đùi.
- Tùy theo mức độ cảm giác của bé mà lực massage lớn nhỏ khác nhau.
- Bé thích được mẹ vuốt ve, vuốt ve làm cho bé cảm thấy mẹ thật thân thiện, và cảm nhận được tình thương của mẹ dành cho mình.
- Mẹ massage cho bé tạo cảm giác an toàn cho bé.
- Khi tâm trạng của bé không tốt, sự massage của mẹ có thể giúp bé thư thái hơn.

- So với việc ăn uống, bé thích được mẹ vuốt ve hơn.
- Massage có thể giúp tăng cường lưu thông máu.

NGÀY THỨ 71

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé đến tháng thứ 3 có xu hướng thích nghe nhạc nhẹ, thích ngắm nhìn tay của mình, mắt có thể dõi theo những vật thể đang chuyển động, tiếng cười đã “có hồn” và sinh động hơn. Bé hiểu kì về thế giới bên ngoài, bắt đầu có thể nói chuyện với bố mẹ bằng các âm thanh ê, a.

Trò chơi ngày hôm nay: Biết đá bóng rồi

Mục đích

Tập luyện động tác đùi cho bé.

Phương pháp

Treo một trái bóng lên trên giường, mẹ ôm bé để chân bé nhẹ nhàng tiếp xúc gần trái bóng, hai chân bé đập liên hồi. Sau khi lặp lại nhiều lần động tác này, bé có thể tự mình đuổi chân ra và đá bóng.

NGÀY THỨ 72

Bé lớn lên và rèn luyện

Sự phát triển của tế bào não thuộc vào giai đoạn trước giờ đình điểm lần thứ hai, không những bé cần đủ sữa, mà cũng phải tập luyện đủ cho bé để phát triển hệ thống thần kinh thị giác, thính giác và xúc giác.

Mỗi ngày nên cho bé nằm sấp tập ngẩng đầu khoảng 20~30 phút. Tư thế, vị trí ngủ của bé cũng nên thay đổi vài lần một cách có ý thức. Có thể để cho bé dõi theo những vật

thể chuyển động, tăng cường khả năng xúc giác cho bé bằng cách cho bé cầm đồ chơi, ngoài ra có thể cho bé tập các động tác thể dục ở ngoài trời.

Trò chơi ngày hôm nay: Ngẩng đầu

Mục đích

Tập cho bé ngẩng đầu.

Phương pháp

Đặt bé nằm sấp trên giường. Phần đầu của mẹ và bé đối xứng nhau, mẹ kéo tay và vuốt ve tay cho bé, lúc đó bé sẽ ngẩng đầu lên để nhìn mẹ, mẹ cười và trò chuyện với bé. Bé ngẩng đầu được một lát rồi cảm thấy mệt, có thể cho bé nghỉ ngơi một lát rồi lại tập, tổng thời gian chơi chỉ cần vài phút là đủ.

NGÀY THỨ 73

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé càng nhỏ thì sự sinh trưởng và phát triển càng nhanh, vì vậy thời gian này chúng ta phải bổ sung nước cũng như chất dinh dưỡng thật đầy đủ cho bé.

Nhằm thúc đẩy sự phát triển thính giác cho bé, có thể cho bé nghe nhạc, mẹ cũng có thể hát cho bé nghe hoặc cũng có thể dùng các đồ chơi có thể phát ra âm thanh đùa với bé. Âm thanh phải nhẹ nhàng, vui nhộn, không được đặt gần bé quá, cũng không được quá vang, để tránh làm cho bé giật mình. Những âm thanh chói tai sẽ không tốt đối với sự phát triển của bé, âm thanh nhẹ nhàng du dương có thể làm cho tinh thần bé vui vẻ.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát

Mục đích

Phát ra các nguyên âm kéo dài.

Phương pháp

Khi bé phát ra 1~2 nguyên âm ê, a, người lớn nên mô phỏng lại âm của bé, kéo dài các âm đó ra hơn để thu hút bé mô phỏng lại. Khi bé thử tập kéo dài âm đó, người lớn nên cổ vũ bé và vuốt ve bé, ôm bé; bé sẽ dễ dàng kéo dài âm hơn nếu có người khuyến khích cổ vũ. Các bà mẹ cũng có thể ghi âm lại âm bé kéo dài để đối chiếu với mấy chục ngày trước khi tập luyện.

NGÀY THỨ 74

Bé lớn lên và rèn luyện

Nhằm nắm bắt tình hình phát triển của bé, bạn có thể thử các phương pháp sau đây để kiểm tra năng lực nghe hiểu của bé:

- ❖ Bé có biết xem tranh sau đó trò chuyện không?
- ❖ Khi có người trò chuyện với bé có cười không?
- ❖ Nghe thấy âm thanh và tiếng người nói chuyện, bé có biết ngừng việc đang làm và lắng nghe không?
- ❖ Có thể nhận ra âm thanh của bố mẹ không?

Trò chơi ngày hôm nay: Giao lưu với người thân

Mục đích

Học tập cách kiểm soát các cơ quan phát âm, lí giải ngôn ngữ, thúc đẩy giao lưu tình cảm mẹ con.

Phương pháp

Kích thích cho bé phát âm, cùng bé “trò chuyện”.

Nói cười, chơi đùa với bé: ôm bé, mặt đối diện với bé, nói chuyện với bé một cách sinh động, vui vẻ kích thích bé phát ra các âm “a, ya”, và tiếng cười.

Đùa với trò chơi: dùng những đồ chơi hoặc những bức

tranh bé thích để kích thích bé phát ra âm thanh. Khi bé đã hưng phấn, bé sẽ khua chân múa tay không ngớt, cũng sẽ phát ra các âm như “ê, a”.

Vận động ngoài trời: khi bé được vận động ngoài trời, gặp được người và vật thú vị, bé sẽ vui mà phát ra các âm như “ê, a”.

Chơi đùa luân lưu: khi chơi, các thành viên trong gia đình nên thay nhau chơi đùa với bé, bé càng vui thì càng cười nhiều hơn, tay chân và toàn thân của bé đều hoạt động một cách tích cực. Sự thích thú khiến bé có thể chủ động phát ra âm thanh. Khi bé phát ra âm thanh, bạn cần phải khen ngợi bé, cũng có thể vuốt ve nhẹ nhàng cho bé, trò chuyện “đổi đáp” cùng với bé.

NGÀY THỨ 75

Bé lớn lên và rèn luyện

Để nắm bắt tình hình phát triển của bé, bạn có thể thử các phương pháp sau đây để kiểm tra năng lực nghe hiểu của bé:

- ❖ Bé biết phát ra các âm thanh như ê, a không?
- ❖ Có thể phát ra tiếng khóc khác nhau với những yêu cầu khác nhau của bé không?
- ❖ Bé luôn lặp lại một loại âm thanh phải không?
- ❖ Tuy bé chưa trò chuyện được, nhưng khi bé đói bụng, tã lót bị ướt, khi cần có người chăm sóc, bé sẽ khóc to để thu hút sự chú ý của mẹ. Lúc đó mẹ nên biết bé muốn gì, rồi chuyển thành ngôn ngữ, có thể cùng trò chuyện với bé. Chẳng hạn như: “Có phải con lại đói bụng rồi không?”, rồi cho bé uống sữa, hay “Có phải tã lót của con lại ướt rồi không nhỉ? Bé lại tè dầm rồi hả? Để mẹ thay và rửa cho con nhé”, “Có phải bé

buồn ngủ không? Nào, mẹ hát ru cho con ngủ nào!"... Câu nói đầy biểu cảm của mẹ khiến bé cảm thấy ấm áp, bé có thể hiểu được và "cảm" được.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát

*Nước bên khe suối chảy róc rách
Con vịt nhỏ kêu quạc quạc
Con gà con kêu chiếp chiếp
Cục cưng của mẹ khóc oa oa.*

NGÀY THỨ 76

Bé lớn lên và rèn luyện

Đôi mắt của bé có thể dõi theo chiếc bút chuyển động, đầu bé cũng xoay chuyển theo. Có thể để cho bé chơi các đồ chơi như chuông có màu sắc sặc sỡ, âm thanh vui tai. Bé sẽ học được kĩ năng dùng mắt để theo dõi vật thể, đặc biệt bé thích ngắm những đồ vật có màu sắc sáng trong và nổi bật. Các đồ chơi thích hợp nhất là: các đồ vật chuyển động, và nổi bật với màu sắc sặc sỡ.

Trò chơi ngày hôm nay: Đến và nắm lấy

Mục đích

Tập luyện năng lực nắm bắt đồ vật cho bé.

Phương pháp

Buộc một đoạn dây của đồ chơi vào một cái vòng, mẹ kéo đồ chơi đi, sau đó đeo chiếc vòng vào tay bé, cho bé kéo đồ chơi.

Nhắc nhở

Cần chú ý những điểm sau:

- Thứ nhất: Đồ chơi phải sạch, không độc hại vì sau khi

bé cầm đồ chơi vào tay, bé thường chơi một lát sau đó cho vào miệng thử cắn. Đồ chơi phải đảm bảo an toàn, không cho bé chơi đồ chơi có các hạt nhỏ hay quả bóng nhỏ, để tránh bé có thể nuốt phải chúng. Tránh đồ chơi sắc và nhọn.

- Thứ hai: Nên thay đổi các đồ chơi của bé, đồ chơi phải đa dạng để giúp bé nâng cao được năng lực cảm giác (như vật thể cứng mềm, nhẵn và bóng như thế nào), có thể tăng cường xúc giác cho bé; có thể tập luyện cho bé năng lực nhận biết về màu sắc, hình dáng, độ lớn nhỏ; tăng cường cảm nhận về vị giác với các đồ ăn và món điểm tâm; tập luyện nâng cao khả năng thính giác (phân biệt âm thanh, âm nhạc cho bé...).

NGÀY THỨ 77

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé được 3~4 tháng, bé có thể phân biệt được các sắc thái tình cảm khác nhau trong giọng nói: thân thiện, hay trách mắng răn dạy; là giọng của mẹ hay là của người lạ. Khi bé vui, bé sẽ hưng phấn và liên tục phát ra các âm thanh từ họng, giống như là bé đang hát.

Tuy bé nghe và nhớ được những gì mà mình từng nghe được nhưng phải khoảng đến 1 tuổi bé mới có thể nói được những từ có nghĩa. Tuy nhiên, trước khi biết nói, trong bộ não của bé đã tích lũy được một lượng lớn từ vựng. Trong giai đoạn bé bắt đầu tích lũy từ vựng, nếu mẹ không thường xuyên đối thoại với bé, sẽ hạn chế năng lực diễn đạt và hạn chế vốn từ của bé về sau. Cho bé nghe nhạc cả ngày không bằng những cuộc chuyện trò ngắn khi mẹ cho bé bú sữa, hoặc khi thay tã cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Câu chuyện hay

Kể chuyện cho bé nghe, câu chuyện dành cho bé không

cần dài, chỉ cần 2~3 câu là được, hoặc mẹ cho bé xem một bức tranh và kể chuyện theo tranh cho bé nghe.

Ví dụ: Mẹ giơ một bức tranh vẽ chú mèo con và kể cho bé nghe câu chuyện “mèo con câu cá”: “con mèo hoa, ngoe nguẩy cái đuôi, đến bờ hồ câu cá”, vừa kể, mẹ vừa làm các động tác minh họa sinh động.

Một câu chuyện chúng ta có thể kể lặp lại nhiều lần, bé sẽ không thấy chán, nhưng thỉnh thoảng mẹ hãy kể cho bé nghe câu chuyện khác.

NGÀY THỨ 78

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể ngẩng đầu lên, quan sát đôi tay, có lúc bé còn dùng tay để chạm vào đồ vật.

Trò chơi ngày hôm nay: Đập đập và tóm đồ chơi

Mục đích

Phát triển năng lực điều tiết mắt, rèn luyện đôi bàn tay khéo léo, phát triển cơ quan xúc giác.

Phương pháp

1. Treo các đồ chơi hơi to một chút, có thể phát ra âm thanh, có màu sắc tươi mới lên phía trên nôi của bé, chú ý treo trong tầm tay bé để bé có thể với, mỗi lần treo từ 2~3 cái, cách vài ngày lại thay đổi một lần.

2. Lắc lư hoặc rung đồ chơi, thu hút sự chú ý của bé, nắm tay bé khê hướng cho tay bé duỗi ra để với đồ chơi mà bé đang chú ý. Hãy cho bé có cơ hội tóm bắt được đồ chơi, tiếp xúc được với trò chơi.

3. Khi bé bắt được đồ chơi, cha mẹ cần phải cổ vũ, khích lệ bé.

Nhắc nhở

Không sử dụng sơn có pha chì để sơn giường cho bé. Trên giường không để các vật liệu dễ vỡ và dễ xé. Quanh giường bé nên lắp thanh dọc để chắn bé khỏi ngã, không được có các khe xung quanh giường để tránh làm kẹp tay của bé.

NGÀY THỨ 79

Bé lớn lên và rèn luyện

Trọng lượng của não gấp gần ba lần so với khi mới sinh.

Có thể sử dụng các phương pháp sau để kiểm tra sức mạnh các cơ cổ và vai của bé:

Đặt bé nằm sấp, dùng một vật thể có màu sắc tươi vui (chẳng hạn như một món đồ chơi), di động trước mặt bé. Bé 4 tuần tuổi thì các cơ thuộc vùng cổ vẫn còn non yếu. Mắt bé sẽ chuyển động theo đồ chơi, nhưng đầu bé chỉ có thể ngóc lên khỏi giường được một vài phút. Bé được 12 tuần tuổi thì phần đầu có thể hướng theo sự chuyển động của đồ chơi, thời gian đầu ngẩng đầu lên được lâu hơn. Bé được 24 tuần tuổi thì có thể dùng khuỷu tay để chống đỡ cơ thể mình.

Trò chơi ngày hôm nay: Đi tìm mẹ

Mục đích

Tập luyện khả năng chú ý cho bé, giúp bé học được cách phân biệt các âm thanh phát ra những phương hướng khác nhau. Rèn luyện sự điều tiết về thị giác, thính giác, rèn luyện phản xạ và vận động vùng đầu, vùng cổ cho bé.

Phương pháp

Để cho bé nằm ngửa trên giường, mẹ cầm lấy một đồ chơi nhiều màu sắc tươi mới, như trái bóng có hoa, búp bê

màu sắc tươi đẹp... đặt trước mặt bé với khoảng cách 30cm, để cho bé quan sát đồ chơi. Một lát sau, chuyển đồ chơi sang một bên khác, và nói với bé “Đây mà, đồ chơi đẹp ở đây mà con, ở đây cơ!” Bài tập này giúp cho bé học được cách xoay đầu và chuyển động mắt đi tìm đồ vật. Về sau mẹ có thể dần dần đứng hơi xa bé một chút, lắc lư đồ chơi có phát ra âm thanh hoặc gọi tên bé một cách nhẹ nhàng, thu hút bé quay đầu đi tìm mẹ. Khi bé quay đầu đi tìm mẹ, mẹ hãy khen ngợi bé, gần gũi với bé, như thế sẽ khích lệ bé rất nhiều.

NGÀY THỨ 80

Bé lớn lên và rèn luyện

Việc tăng trọng lượng cơ thể và phát triển chiều cao của bé chịu ảnh hưởng của nhiều nhân tố như di truyền và môi trường sống.

Mức phát triển trung bình của bé là: Hầu hết đối với các bé sinh đẻ đủ tháng thì trong ba tháng đầu sau khi sinh, mỗi tháng tăng khoảng 750~900 gam, sáu tháng đầu mỗi tháng tăng trưởng trung bình là khoảng 600 gam. Có rất nhiều bé khi được một tuổi trọng lượng cơ thể tăng gấp bốn lần so với khi sinh, tuy nhiên sự tăng trọng của mỗi tháng lại không giống nhau. Chẳng hạn như tháng này trọng lượng của bé tăng không được 500 gam, nhưng đến tháng sau thì trọng lượng lại có thể tăng được 900 gam, thậm chí có thể tăng 1,35kg. Năm đầu tiên đối với các bé đẻ đủ tháng chiều cao tăng khoảng 22,9cm. Có những bé có thể trong 1 tháng không nhìn thấy sự phát triển chiều cao gì cả, mà trong tháng khác, mỗi tháng lại có thể phát triển 2,5cm trở lên. Bé được 3~4 tháng là thời kì then chốt để phát triển năng lực lật người của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Bài tập tiếp xúc

Khi mẹ và bé trò chuyện, bé sẽ phát ra các âm thanh để

ứng đáp; khi làm động tác massage tay cho bé, bé sẽ mở rộng bàn tay ra cho mẹ massage; khi từ tư thế nằm ngửa chuyển sang tư thế nằm sấp, bé sẽ chủ động ngẩng đầu.

1. Cánh tay đan xen trước ngực, nâng lên.

2. Tay chạm tay. Mẹ nắm cổ tay của bé để cho hai tay của bé chạm vào nhau 4~6 lần. Lúc này mẹ cần trò chuyện với bé, có thể nói: "Tay của bé, đáng yêu làm sao". Vừa chạm vào tay vừa nói: "Tay kề tay, bé của mẹ thử và thử!", trò chơi này phát triển khả năng quan sát đồ vật.

3. Khom đùi 90 độ. Đan chéo hai chân, sau khi gập đùi, hai tay nắm lấy các khớp đầu gối, sau đó duỗi thẳng hai chân, nâng lên một góc 90 độ, thực hiện 8 lần.

4. Lật người. Từ tư thế nằm ngửa chuyển sang tư thế nằm sấp không phải ôm bé xong cho bé nằm xuống, mà là một chân này đặt lên một chân khác, sau đó nhẹ nhàng đẩy lưng của bé giúp bé lật người, lật sang trái và sang bên phải mỗi bên tập 2 lần.

5. Nằm sấp và ngẩng đầu 90 độ. Tập luyện có thể đạt được 2 phút.

NGÀY THỨ 81

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé càng ngày càng thích thú với môi trường xung quanh, thích theo dõi những vật chuyển động, có màu sắc sinh động và tươi sáng, đặc biệt là màu hồng. Bé hứng hờ với gam màu tối và màu lá cọ.

Bé được 3 tháng có thể tìm được đồ chơi mà mẹ bé cầm trong tay và rung, lại có thể tích cực đi tìm kiếm những đồ vật hấp dẫn. Bé vui sẽ khua chân múa tay, bé còn học được cách tự đổ dành mình.

Trò chơi ngày hôm nay: Sắc thái bay bóng

Mục đích

Tập luyện về thị giác cho bé.

Phương pháp

Treo một chiếc khăn lụa, hoặc dải cờ, bóng bay nhiều màu sắc, đèn lồng... lên trên tấm ván của giường cho đồ chơi bay bay, bé rất thích đồ vật bay lơ lửng như vậy. Có thể thay đổi đồ chơi mỗi ngày một lần. Sau khi thay đổi vài đồ chơi, lại có thể sử dụng quay vòng, không được treo đồ chơi quá thấp, không để cho bé có thể tóm được đồ chơi, đồ chơi phải treo thật chắc chắn tránh tình trạng đồ chơi rơi vào bé.

Ta cũng có thể buộc dải lụa nhiều màu sắc vào một chiếc gậy, di chuyển chúng tại vị trí mà bé có thể nhìn thấy được. Hoặc dùng tờ giấy màu làm thành một chiếc chong chóng, đặt vào nơi có gió trong phòng của bé, ôm bé và cho bé xem, bé rất thích ngắm vật thể bay.

Lời khuyên của chuyên gia

Hình bóng, âm thanh, nụ cười, sự vuốt ve, ánh mắt của mẹ đều có ảnh hưởng lớn tới sự hình thành tâm lý của bé, và có vai trò rất quan trọng trong việc phát triển tâm lý về sau của bé. Tình mẫu tử giúp bé xây dựng lòng tin, sự dũng cảm, nghị lực, trí tuệ, nhân cách, hoài bão, tinh thần trách nhiệm.

NGÀY THỨ 82

Bé lớn lên và rèn luyện

Cùng với sự phát triển về trí lực, cổ của bé cũng cứng cáp hơn trước, bé có thể vươn cổ, toàn cơ thể trở nên cứng cáp hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Cùng khiêu vũ

Mục đích

Phát triển thị giác và cảm nhận về tiết tấu cho bé.

Phương pháp

Bé thường thích những trò chơi đơn giản như: ngồi lên đầu gối, mẹ ôm bé chạy trong phòng. Khi làm những động tác này, cần làm nhẹ nhàng và chú ý ôm chắc bé.

Chọn một vài bản nhạc có âm thanh nhẹ nhàng, tiết tấu du dương (như điệu nhảy van hoặc một bài hát dân ca), mẹ mở băng cho bé nghe hoặc mẹ hát. Ôm bé và nhẹ nhàng đứng đưa theo tiết tấu, giai điệu của bản nhạc, bài hát. Nhẹ nhàng lắc bên này rồi chuyển vị trí sang bên khác, bước một bước lên trên rồi lùi lại, xoay người hoặc xoay tròn kết hợp theo tiết tấu của âm nhạc. Sự phối hợp vận động giữa mẹ và con sẽ kích thích các cơ quan cảm giác của bé, giúp cơ quan thính giác và cảm giác vị trí, cảm giác cân bằng của bé phát triển hoàn thiện. Những năng lực cảm giác này là vô cùng quan trọng để bé có thể học ngồi, học đứng và đi. Nếu mẹ hát và bế bé nhún nhảy theo nhạc, bé sẽ cảm nhận được sự kích thích lớn mạnh, bé sẽ có những rung động tích cực trước lồng ngực của mẹ, bé cảm nhận được tình yêu của mẹ từ cái ôm nồng ấm, như vậy cả bé và mẹ có thể tận hưởng những ngày tháng thật có ý nghĩa.

Cũng có thể khâu những chiếc chuông nhỏ làm đồ chơi cho bé. Cũng có thể đeo cho bé những chiếc lắc chân xinh xắn có gắn những chiếc chuông tí xíu để mỗi lần bé đạp chân lại phát ra tiếng chuông vui tai.

Khi mở nhạc cho bé nghe, có thể cho bé tập bài thể dục dành cho trẻ sơ sinh. Khi mẹ ôm bé khiêu vũ, hoặc là tự bé khua chân múa tay, mẹ và bé cùng hát và cùng thưởng thức âm nhạc. Như vậy, không chỉ niềm vui len lỏi vào tận trong tâm hồn bé, mà có thể dần nâng cao được cảm nhận về âm nhạc của bé.

NGÀY THỨ 83

Bé lớn lên và rèn luyện

Ôm bé lên, bé sẽ duỗi thẳng đầu, bé biết chú ý đến các vật thể xung quanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Ngẩng đầu và vươn ngực

Mục đích

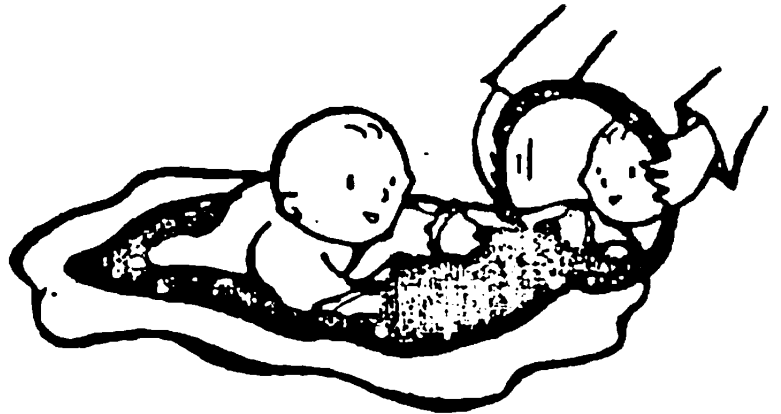
Tập luyện năng lực kiểm soát đầu và dùng cánh tay chống đỡ cơ thể cho bé.

Dụng cụ

Chiếc gương soi, chiếc trống cơm.

Phương pháp

Trước tiên chuẩn bị cho bé một chiếc gương soi, để cho bé ngắm mình trong gương, mẹ cũng có thể chỉ tay vào hình bé trong gương, gọi tên bé; lại để cho bé nằm sấp trên giường, cầm một chiếc gương đặt trước mặt bé khoảng 20cm, dùng trống cơm hoặc chuông lắc gõ đằng sau gương để thu hút kích thích bé ngẩng đầu lên, vươn ngực ra, để bé ngắm nhìn hình ảnh của mình.



Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Chúng ta thường nghe nói về những trẻ em có tài năng bẩm sinh, có trí tuệ thông minh phi thường hơn hẳn những đứa trẻ khác và cả những “thần đồng” về các lĩnh vực khoa học. Những thiên tài hay những “thần đồng” này rút cục đến từ đâu?
- ❖ Phải nói rằng, những trẻ em có trí thông minh phi

thường 90% là kết quả của sự học hỏi. Bố mẹ đóng vai trò vô cùng quan trọng trong việc phát triển trí tuệ của bé. Thời kì sơ sinh của trẻ chính là thời khắc then chốt để phát triển trí tuệ. Nếu trẻ được tập luyện một cách khoa học, có hệ thống, thì bé sẽ được phát triển một cách hoàn hảo.

- ❖ Nếu chúng ta muốn bồi dưỡng đào tạo bé thành một đứa trẻ có tài năng vượt bậc, việc tiến hành giáo dục cá nhân từng trẻ một từ độ tuổi sơ sinh là việc làm không thể bỏ qua.

NGÀY THỨ 84

Bé lớn lên và rèn luyện

Hiện tại, bé có thể phân biệt được những âm thanh quen thuộc và những âm thanh lạ, bé thích cười, mắt có thể dõi theo sự chuyển động của vật thể.

Khi cho bé tập thể dục, có thể mở cho bé nghe ca khúc thích hợp với bé. Những giai điệu ngọt ngào trong ca khúc rất bổ ích cho sự phát triển trí tuệ của bé. Nếu bé thường xuyên nằm trên một bên giường mà không có ai để ý tới, và không chủ động tìm hiểu yêu cầu của bé, không dỗ dành bé, sẽ ảnh hưởng tới sự phát triển tâm lý của bé, năng lực biểu cảm của bé cũng sẽ cứng nhắc hơn, phản ứng của bé cũng bị hạn chế.

Trò chơi ngày hôm nay: Cuộn

Mục đích

Kích thích xúc giác của bé, cho bé tập lật người.

Phương pháp

- ❖ Thích hợp với các bé trong tuổi từ 0~3 tháng.
- ❖ Chuẩn bị khăn trải giường, vỏ gối hoặc khăn mặt.

- ❖ Đặt bé nằm trên khăn trải giường hoặc khăn mặt, chỉ để lộ đầu ra bên ngoài.
- ❖ Cuộn bé vào khăn trải giường giống như cuộn nem.
- ❖ Kéo một bên của chiếc chăn, để bé lăn ra khỏi bên mép khăn.
- ❖ Điều quan trọng là chúng ta phải xem bé có thích trò chơi này không, và quan sát xem bé có lật và lăn một cách thuận tư thế không.

Nhắc nhở

Tốt nhất chúng ta nên chọn “địa điểm” chơi là một chiếc đệm mềm để trải lên trên giường hoặc trên tấm thảm. Chỉ nên cho bé thực hiện động tác này trước khi ngủ hoặc sau một giấc ngủ ngon.

Bé từ 0~3 tháng tuổi, vùng cổ của bé vẫn chưa đủ lực để nâng được phần đầu của bé. Các bé chỉ thích hợp với các bài vận động nhẹ nhàng và chậm chạp, vì vậy động tác của người lớn cũng phải nhẹ nhàng.

Lời khuyên của chuyên gia

Bài tập thể dục cho bé: Vận động nâng đùi.

Tư thế chuẩn bị: Bé nằm ngửa, hai chân duỗi thẳng, mẹ nắm chắc đầu gối của bé, ngón tay cái ở dưới và bốn ngón còn lại đặt lên trên.

Hướng dẫn

- ❖ Mẹ nâng hai đùi của bé lên trên, tạo thành một góc thẳng với vùng bụng.
- ❖ Trở lại tư thế chuẩn bị.
- ❖ Lặp lại động tác.

Yêu cầu của động tác: Khi nâng hai đùi bé lên trên, không được khom đầu gối, cách tay của bé không được rời khỏi giường.

NGÀY THỨ 85

Bé lớn lên và rèn luyện

Phạm vi điều tiết thị lực của bé được mở rộng, đầu và mắt được điều tiết tốt. Bé có thể nhìn được vật thể có độ lớn là 8mm, bé có thể phán đoán được hình dạng và kích thước lớn nhỏ của đồ vật, có thể xoay đầu để tìm nguồn gốc của âm thanh!

Các bé từ 3~4 tháng tuổi, có thể thử nắm được đồ vật. Hàng ngày, ta có thể ôm bé vào lòng, dùng đồ chơi hay món ăn để dụ dỗ bé duỗi tay ra bắt, không nên để đồ vật tại vị trí bé không thể với tới được, chỉ nên đặt đồ vật tại vị trí mà bé có thể bắt được, thế là tác dụng của trò chơi có thể đạt được. Sau khi bé đã tóm được đồ vật thì nên cho bé chơi một lát, sau đó chậm chậm cầm ra khỏi tay bé, rồi lại kích thích bé phải duỗi tay ra. Nếu bé không chịu đưa đồ vật cho ta, lúc này ta có thể cho bé chơi thêm lúc nữa. Ta cũng có thể treo 2 món đồ chơi lên trên giường của bé, để cho bé nằm lên giường và duỗi tay ra với đồ chơi. Cần chú ý thay đồ chơi thường xuyên, để cho bé có cảm giác mới mẻ, và cũng phải chú ý rằng dây không được quá dài, để tránh cho dây có thể mắc vào tay bé, nên mắc đồ chơi vào vị trí mà bé có thể duỗi tay ra được và nắm được đồ chơi, để cho bé chủ động tóm đồ chơi. Sau đó, chuyển đồ chơi sang chỗ khác, để kích thích bé quay đầu đi tìm.

Trò chơi ngày hôm nay: Dùng chân đạp

Mục đích

Rèn luyện cơ đùi cho bé.

Phương pháp

Để cho bé đạp chân vào mục tiêu.

Lời khuyên của chuyên gia

Cuộc trò chuyện giữa bé và mẹ chẳng có sách gì dạy, cũng không có bài chuẩn bị gì cả, tất cả dựa vào cảm xúc của mẹ và con. Mẹ cần phải vận dụng trí tưởng tượng, sự sáng tạo, nhấn nài và tình yêu thương để trò chuyện với bé, để cho bé được sống trong tình yêu thương của cha mẹ.

NGÀY THỨ 86

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thường có thói quen để hai tay của mình trước mặt và chơi đùa với các ngón tay, chúng có thể ngấm nhìn không biết chán hai tay của mình.

Sau quá trình tập luyện, bé có khả năng tóm được đồ chơi, bé sẽ rất vui, mẹ có thể cổ vũ bé bằng một nụ cười, một câu nói dịu dàng, hay cái vuốt ve trìu mến. Một sự thành công nho nhỏ này chẳng có ý nghĩa gì to tát đối với người lớn, nhưng đối với những đứa bé, đó là một điều lớn lao, là dấu mốc quan trọng của sự trưởng thành. Bé cũng biết biểu lộ cảm xúc vui mừng. Hãy tập thêm cho bé cách điều tiết mắt và tay, hãy cho bé có cơ hội dùng đôi tay của mình để khám phá mọi sự vật xung quanh. Cho bé cơ hội rèn luyện năng lực hoạt động của các cơ vùng cổ, đầu, đặc biệt là tay.

Ban đầu, bé thường dùng miệng để khám phá thế giới, dần dần các đầu ngón tay của bé lãnh nhiệm vụ đó. Sau đó, năng lực nắm bắt đồ vật của bé được nâng cao, sẽ không nắm đồ vật bằng lòng bàn tay nữa, mà bé lúc này có thể dùng ngón tay cái và các ngón tay khác để nắm bắt đồ vật. Ngoài con người ra, chẳng có một loại động vật nào khác có thể sở hữu một năng lực thao tác cao siêu như thế.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm âm thanh

Mục đích

Bồi dưỡng năng lực nghe và năng lực nắm bắt đồ vật cho bé.

Phương pháp

Lắc một cái lục lạc sau lưng bé, để cho bé nghe thấy, sau đó tiến gần trước mặt bé, nếu bé thích, bé sẽ nắm lấy cái lục lạc.

Lời khuyên của chuyên gia

Có những người mẹ rất sợ mình nuông chiều mà làm hư con. Đứa bé khóc âm ỉ hoặc quấy nhiễu là do có điều gì đó không thoả mái trong người bé, bé không được đáp ứng thoả đáng về các nhu cầu đơn giản hay bé không thoả mái về tâm lý.

Nói tóm lại, bé càng nhỏ thì chúng ta càng phải nên quan tâm tới nhu cầu của bé nhiều hơn. Khi bé lớn, cần phải chú ý tới việc hình thành tính tự lập tự chủ của bé, để tránh hình thành tính ỷ lại.

NGÀY THỨ 87

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé thuộc độ tuổi từ 2~3 tháng rất ham chơi, thích đùa, thích được ôm ấp. Có khi bé vừa bú sữa, vừa nhìn khuôn mặt dịu hiền của mẹ, rồi nhả đầu vú ra và cười rất đáng yêu. Bé còn biết quan sát các hoạt động của những người xung quanh, thậm chí bé quên ngay việc mình phải bú sữa.

Trò chơi ngày hôm nay: Đứng dậy

Mục đích

Tập luyện sự cân bằng cho bé.

Phương pháp

Đặt và giữ bé ngồi trên đầu gối của mẹ, tay mẹ đỡ nách bé, cho bé ngửa về sau một cách từ từ, xong lại nâng bé về đằng trước.

Lời khuyên của chuyên gia

Thế giới của các bé 3 tháng tuổi là một thế giới của cảm giác, của xúc giác, của tiếng cười và sự thưởng thức. Bé thích có người đùa cho mình chơi, và cho mình đồ vật. Bất gặp phải thứ gì là bé dùng tay sờ, hoặc cho vào miệng thử cắn. Bé thích được bế ra bên ngoài, ngắm nhìn mọi cảnh vật bên ngoài, bé cũng tỏ ra ngỡ ngàng, thú vị trước một cảnh sắc mới mẻ. Bé còn biết dùng nụ cười đáng yêu để thể hiện sự thích thú của mình.

Lúc này mẹ nên chơi với bé nhiều trò chơi hơn, có thể cho bé chọn lựa một số nhóm đồ chơi sau đây:

- Những chiếc vòng có màu sắc, lắc tay, quả bóng, đồ chơi gỗ, các đồ chơi bằng nhựa có thể chuyển động, có thể nắm bắt, có thể phát ra âm thanh

- Tranh, bưu thiếp đa dạng về màu sắc.

Lúc này, bé có thể nắm bắt được các đồ chơi được đặt trước mặt bàn nhưng độ chính xác không cao. Có thể chuẩn bị cho bé các đồ chơi có tính chất khác nhau, đa dạng về màu sắc, dễ nắm bắt như: chuông, trái bóng nhựa, thú nhồi bông (không bụi), quả bóng làm bằng nhung....

Trước 6 tháng, bé có thể theo dõi chuyển động của mình trong gương, khi bé nhìn thấy mình trong gương, bé sẽ cho rằng đó chính là “bạn thân”, và có những phản ứng rất thân mật gần gũi đáng yêu với “người bạn” này. Đây là sự thể hiện cảm giác tin tưởng và an toàn đối với môi trường xung quanh, có tác dụng rất lớn đối với việc bồi dưỡng tính thân thiện với môi trường xã hội và làm phong phú kinh nghiệm thị giác của bé.

Chúng ta có thể chọn một vài đồ chơi bằng nhung mềm có thể tích khá lớn, thiết kế đơn giản, mềm mại và ấm áp, đặt trên giường hoặc trong tay của bé.

Khi bé cảm thấy thích thú với môi trường xung quanh, chúng ta có thể chọn lựa những đồ chơi có màu sắc tươi mới, hoa văn phong phú, dễ dàng nắm bắt và có thể phát ra các âm thanh như: chiếc trống cơm, chiếc đồng hồ báo thức, hộp có thể phát ra âm thanh, chiếc bút tắt có màu sắc tươi mới, hay chiếc khăn len nhỏ...

Các bé thuộc độ tuổi ba tháng thì có thể cầm lục lạc để chơi, bé bắt đầu thử nghiệm với vai trò của xúc giác, thính giác, thị giác và vị giác. Dùng tay để sờ, cảm nhận được cảm giác về đồ vật; dùng mắt để quan sát các sắc thái của đồ chơi, dùng miệng để thử mùi vị của đồ chơi, khi bé lắc lư chiếc lục lạc thì các âm thanh phát ra sẽ luyện năng lực thính giác cho bé, những đồ chơi đơn giản như thế này là phương tiện giúp bé bước đi đầu tiên cho sự phát triển trí tuệ.

Khi người lớn rời xa bé, đừng quên đặt bé vào giường (cũi) có lan can chắn.

Dùng đồ chơi để kích thích bé phát ra âm thanh.

Đồ chơi của bé không được nhỏ hơn miệng của bé.

NGÀY THỨ 88

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé ít khóc đi, có thể nhận ra người quen, người lạ, bé biết cười ha ha, nếu bé không vừa lòng thì bé hét lên.

Sự phát triển trong động tác là một điều kiện tiên quyết để phát triển trí lực của bé, cũng là một trong những chỉ tiêu quan trọng để đánh giá sự phát triển trí năng của bé. Các bé hiếu động thường là các bé hoạt bát và thông minh.

Trò chơi ngày hôm nay: Học cách đứng ngược

Mục đích

Tập luyện cho đôi tay khỏe mạnh.

Phương pháp

Bé nằm sấp, nắm chân và chầm chậm nâng chân lên, bé sẽ dùng hai cánh tay để chống đỡ, sau đó hạ chân và tay xuống.

Chú ý

Trò chơi này cần phải tiến hành nhẹ nhàng, có thể dùng sức thích hợp với bé, không làm động tác mạnh quá.

NGÀY THỨ 89

Bé lớn lên và rèn luyện

Để bé nằm ngửa, hai tay của mẹ kéo lấy hai tay của bé nâng lên trên, khi kéo cơ thể lên trên, nếu đầu bé thẳng ra, chính là lúc bé có thể ngẩng đầu lên được.

Chúng ta có thể sử dụng các cách sau để đánh giá năng lực ngôn ngữ của bé:

- Khi có người nói chuyện với bé, bé có thể ngừng khóc.**
- Bé có thể kéo dài sự chú ý và đi tìm nguồn gốc của âm thanh.**
- Đối với tiếng cười quen thuộc, bé có thể cười và phát ra âm thanh.**
- Có thể đưa ra các phản ứng với các ngữ điệu khác nhau khi “nói chuyện” với người lớn.**
- Bằng lòng chơi với các đồ chơi có thể phát ra các âm thanh.**
- Phát ra các âm thanh thành chuỗi, như: “bababa, dadadadada”...**
- Biết nói chuyện với hình ảnh trong gương.**

- Dùng âm thanh để thu hút sự chú ý của người khác, để tỏ thái độ.

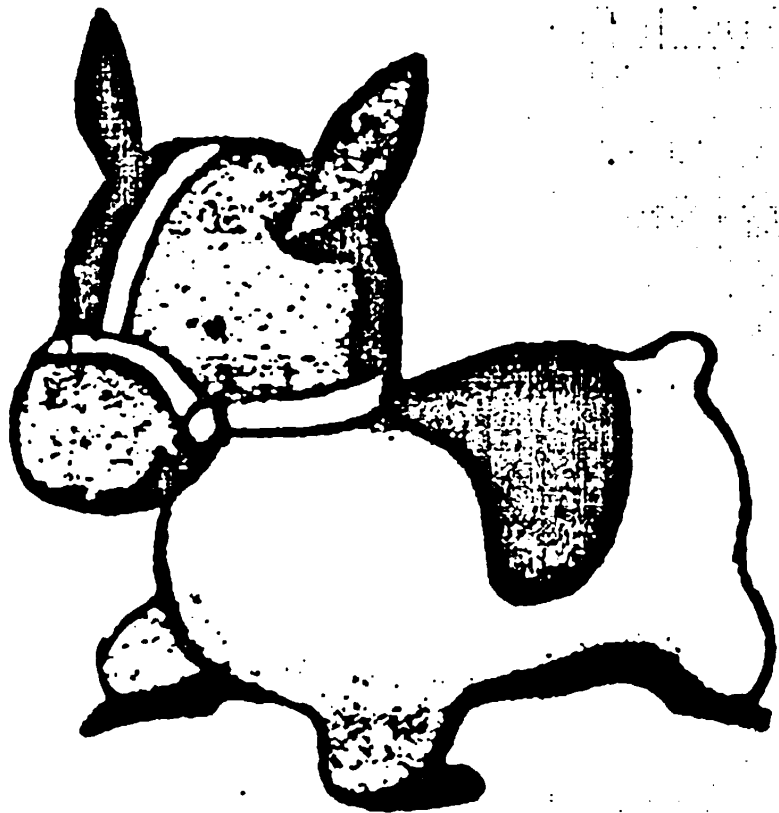
Trò chơi ngày hôm nay: Tìm hiểu thế giới

Mục đích

Quan sát sự vật xung quanh, thúc đẩy sự phát triển năng lực của thị giác cho bé.

Phương pháp

Phụ huynh ôm bé trong phòng hoặc ra bên ngoài và đi lại, gặp cái gì, đồ vật gì, hãy để cho bé xem, và giới thiệu với bé về đồ vật đó. Bé sẽ vừa lắng nghe vừa vươn cổ ra để quan sát. Hoạt động của chân tay bé sẽ giảm đi, bé sẽ cảm thấy thích thú với một sự vật nào đó, tập trung



nhìn cho thoả thích, thậm chí có lúc bé còn đưa tay ra vẫy vẫy, dùng sức của cơ thể để cố gắng không cho mẹ đi. Đối với các bé thường xuyên được bế ra bên ngoài, khi được người lớn bế bé sẽ duỗi tay ra và chỉ theo hướng của cửa sổ, khua tay múa chân thể hiện bé muốn đi ra ngoài ngắm cảnh.

Kiểm tra sự phát triển của bé 3 tháng tuổi

- ❖ **Các động tác cơ bản:** Bé nằm sấp, hai tay đặt vào hai bên sườn. Mẹ dùng đồ chơi đùa trước mặt bé, kích thích bé, bé sẽ ngẩng đầu lên khỏi giường và hợp với giường một góc là 90° . Bé có thể nâng được nửa vùng ngực, dùng khuỷu tay để chống đỡ cơ thể. Nếu bế thẳng bé lên, phần đầu có thể duỗi thẳng ra quá 10 phút; không cần giúp bé, bé có thể từ tư thế nằm ngửa lật nằm nghiêng.
- ❖ **Các động tác chi tiết:** Đặt bé nằm ngửa trên chiếc giường cứng, mắt nhìn hai tay, tay có thể nắm vào nhau, có thể tóm được quần áo, tóm được tóc, mặt; đặt đồ chơi vào trong tay của bé, bé có thể nắm được chắc trong nửa phút.
- ❖ **Năng lực nhận biết:** Mắt bé có thể theo dõi được vật thể chuyển động xung quanh một góc 180° ; cười với mọi người, có thể thể hiện được tình yêu riêng đối với mẹ.
- ❖ **Sự phát triển về ngôn ngữ:** Biết phát ra âm thanh và tiếng cười, biết hét.

THÁNG THỨ 4

- Cổ vũ bé dùng hai tay.
- Phát triển năng lực nhìn, nghe, ngửi, sờ, nếm, vận động, thúc đẩy sự phát triển cảm giác cho bé.
- Trò chuyện nhiều với bé.
- Đầu bé có thể duỗi thẳng và có thể xoay chuyển tùy ý, khi bé nằm sấp bé có thể lật nghiêng người.
- Có bé có thể chuyển từ tư thế nằm sấp sang tư thế nằm ngửa, hoặc ngược lại.
- Bé có thể biểu đạt được tình cảm, có thể cười.
- Tay bé có thể tóm đồ vật một cách chính xác, biết cười trước gương.
- Bố mẹ không nên đáp ứng mọi yêu cầu của bé, chỉ cần quan tâm ở mức độ hợp lí.

NGÀY THỨ 90

Bé lớn lên và rèn luyện

Ở giai đoạn này, bé phát triển nhanh nhất, đến cuối tháng, trọng lượng cơ thể của bé có thể tăng gấp đôi. Bé trai tăng trọng trung bình khoảng 6,93kg, bé gái tăng trọng trung bình khoảng 6,24kg.

Nếu được giữ nách, bé có thể đứng được 2~3 phút, bé với tay đập đồ vật chính xác hơn, biết lắc và rung những thứ nằm trong tay mình, biết khép hai tay để cầm đồ vật lên. Bé bắt đầu nhận ra được người thân.

Phản ứng đối với âm thanh của các bé 4 tháng tuổi đã có

tính mục tiêu, khi bé nghe được âm thanh, bé sẽ quay đầu tìm xem âm thanh đó phát ra từ đâu, và ngừng hẳn việc đang làm, nhìn chăm chăm vào đồ vật phát ra âm thanh. Bé có thể phân biệt được ngữ điệu của người lớn, cảm nhận được sự ấm áp, tình yêu thương, sự phẫn nộ... Bé có thể phát ra các âm tiết lặp lại như “a...a”, có thể sử dụng các âm thanh đó để gây sự chú ý của người khác. Bé có thể phát ra tiếng cười.

Trò chơi ngày hôm nay: Âm thanh ở đâu?

Mục đích

Tập luyện ngôn ngữ cho bé.

Phương pháp

Để cho bé nghe tiếng đồng hồ báo thức, tiếng chuông cửa, chuông điện thoại, tiếng máy ép hoa quả..., đồng thời để cho bé đi tìm nguồn gốc của âm thanh. Mẹ có thể giả vờ vừa tìm vừa nói: “Chà chà, cái gì kêu ấy nhỉ? Chúng ta đi tìm thôi”. Khi tìm được âm thanh phát ra từ đâu, mẹ hãy bảo với bé: “Đây là chiếc điện thoại, chuông điện thoại rao đây mà!”...

NGÀY THỨ 91

Bé lớn lên và rèn luyện

Tốc độ tăng trưởng chiều cao của bé chậm hơn một chút so với thể trọng, lúc này, chiều cao phát triển trung bình đối với các bé trai là 63,35cm, còn các bé gái là 61,53cm. Các bé khoảng bốn tháng tuổi đều có khả năng phân biệt được hai loại sắc thái tình cảm khác nhau đó là thân thiện và phẫn nộ. Nếu ta phẫn nộ bức tức với bé thì bé sẽ hét om lên rồi khóc to lên; nhưng nếu chúng ta nhẹ nhàng tình cảm với bé thì bé sẽ ủa vào lòng chúng ta và cười một cách mãn nguyện.

Bé còn có thể phân biệt được những âm thanh quen thuộc và những âm thanh xa lạ. Bé sẽ cười và biểu thị sự an toàn khi nghe thấy những âm thanh quen thuộc, ngược lại khi bé nghe thấy những âm thanh lạ tai bé sẽ mở mắt to ra để lắng nghe một cách chăm chú, thể hiện sự hiếu kì.

Trò chơi ngày hôm nay: Đung đưa

Mục đích

Phát triển khả năng giữ thăng bằng cho bé.

Phương pháp

Có thể đưa bé ra công viên vào ngày trời đẹp, ôm bé ngồi trên xích đu và đu đưa nhẹ nhàng. Cũng có thể đặt bé trong một cái nôi và đu đưa, mỗi ngày tập từ 2~3 lần.

Cha mẹ đừng nghĩ rằng đung đưa bé sẽ tạo thành một thói quen xấu. Đây là phương pháp tốt nhằm phát triển năng lực giữ thăng bằng cho bé.

Tuy nhiên cần lưu ý rằng không được đung đưa quá mạnh, không được làm tổn thương bé.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Không mua quá nhiều đồ chơi, chỉ cần 2~3 món đồ chơi mà bé yêu thích là được.
- ❖ Treo một món đồ chơi có màu sắc tươi mới phía trên giường bé, cách mặt bé khoảng 20~30cm.
- ❖ Bé thích ngắm khuôn mặt, vì thế chúng ta có thể treo một bức tranh có khuôn mặt đẹp của một nhân vật nào đó, khi tâm trạng bé vui bé sẽ ngắm nhìn.
- ❖ Khi mẹ chăm sóc bé, mỗi ngày nên cho bé nằm sấp trong thời gian rất ngắn, nhưng cần phải đảm bảo cho bé được hô hấp một cách thông suốt. Mẹ cần chú ý quan sát, không được rời xa bé.

- ❖ Bố và mẹ cố gắng ở lại bên bé thật nhiều.
- ❖ Khi thời tiết đẹp, chúng ta có thể bế bé ra bên ngoài hoạt động một lúc, để cho ánh mắt của bé khai thác thế giới bên ngoài.
- ❖ Khi hoạt động ngoài trời, ta phải chọn lựa thời gian và tình hình thời tiết thích hợp cho bé, thông thường buổi sáng từ 9h-11h, còn buổi chiều thích hợp từ 15h~17h.
- ❖ Quần áo chuẩn bị cho bé mặc khi hoạt động ngoài trời phải thoải mái, rộng rãi nhưng cũng phải đảm bảo được độ ấm thích hợp.
- ❖ Thời gian cho hoạt động ngoài trời không được quá dài.
- ❖ Không được để ánh sáng chiếu trực tiếp vào mắt bé.

NGÀY THỨ 92

Bé lớn lên và rèn luyện

Lúc này, chu vi não và chu vi đầu của bé tương đương nhau, chu vi đầu trung bình của các bé trai là 41,25cm, còn bé gái là 39,90cm, chu vi đầu của bé tăng trưởng theo một quy luật nhất định, chu vi đầu quá lớn hoặc quá nhỏ thì chúng ta đều phải đi gặp bác sĩ để kiểm tra. Nếu bé được trò chuyện thường xuyên, bé có thể “nghe hiểu” được rất nhiều câu nói trong cuộc sống hàng ngày, như: “uống sữa”, “tạm biệt”.... Thực tế, bé không thực sự hiểu được hàm nghĩa của những từ ngữ đó, mà chỉ là phán đoán căn cứ vào ngữ điệu và động tác của người lớn. Nếu khi chúng ta nói “uống sữa” và khi chúng ta nói “tạm biệt” mà chúng ta lại dùng ngữ điệu và tư thế giống nhau, thì có khả năng bé sẽ lẫn lộn giữa ý nghĩa của các từ “uống sữa” và “tạm biệt”.

Chúng ta cần phải trò chuyện và giao lưu với bé nhiều,

hãy cười nói với bé và hát cho bé nghe, hoặc dùng đồ chơi kích thích bé, để cho bé chủ động phát ra âm thanh, cần phải vuốt ve bé nhẹ nhàng, cổ vũ bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nói chuyện với bé

Mục đích

Phát triển năng lực ngôn ngữ, tăng cường tình cảm mẹ con.

Phương pháp

Bố mẹ có thể nói “Con khoẻ chứ! Hôm nay con ăn no không? Chúng ta cùng đi xem con ngựa này đi. Tích tắc, tích tắc, ngựa chạy nhanh quá!”. Nhìn ra bên ngoài cửa sổ “Mặt trời mọc, thời tiết đẹp làm sao!”, “Chú mèo này kêu meo meo”... Nói chung, khi chúng ta nhìn thấy cái gì thì hãy nói cho bé nghe về cái ấy. Khi bé nhìn thấy miệng người lớn nói, bé cũng biết trả lời “ê a”. Khi bố mẹ không ở bên cạnh bé, bé sẽ nằm trên giường và “ê ê a a”, lúc đó bé sẽ hét lên, mong người lớn mau đến bên bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Bài tập cho bé: Động tác duỗi cơ thể ra phía sau.

Tư thế chuẩn bị: Bé nằm sấp, hai cánh tay của bé đặt đằng trước, hai khuỷu tay chống đỡ lấy cơ thể, mẹ dùng hai tay nắm lấy hai mắt cá chân của bé.

Hướng dẫn

- ❖ Mẹ nhẹ nhàng nâng hai đùi bé lên, cơ thể và giường hợp với một góc gần 45 độ.
- ❖ Trở lại tư thế chuẩn bị.
- ❖ Mẹ nhẹ nhàng cầm lấy khuỷu tay của bé, nhấc cơ thể lên, cơ thể và giường hợp với một góc gần 45°.
- ❖ Trở lại tư thế chuẩn bị ban đầu.
- ❖ Lặp lại động tác.

Yêu cầu của động tác: Khi nâng khuỷu tay và đùi, cơ thể của bé phải thẳng, không được cong nghiêng, để tránh làm tổn thương đến cột sống của bé, độ khó của tiết này tương đối lớn, nên cần được tiến hành khi bé có năng lực cơ thể nhất định. Khi làm động tác này, các phụ huynh nên thận trọng, nhẹ nhàng, và không được ép bé phải tập.

NGÀY THỨ 93

Bé lớn lên và rèn luyện

Chu vi não trung bình đối với các bé trai khoảng 41,75cm, còn đối với các bé gái thì khoảng 40,05cm. Chiều cao trung bình đối với các bé trai khoảng 41,69cm, còn đối với các bé gái thì khoảng 40,44cm.

Cho bé xem một đồ vật quen thuộc, chẳng hạn như một bình sữa hay một đồ chơi, bé sẽ muốn bắt lấy. Khi ánh mắt bé chăm chú vào đó, khuôn mặt của bé sẽ có các phản ứng sau: khi nhìn thấy bình sữa bé sẽ vui mừng; khi nhìn thấy đồ chơi bé sẽ trở nên hiếu kì. Nếu bé không có một chút phản ứng gì cả đối với những thứ thú vị như thế này, thì chúng ta nên đưa bé đi gặp bác sĩ để kiểm tra.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo lại đây

Mục đích

Phát triển năng lực giải quyết vấn đề cho bé.

Phương pháp

Để bé ngồi bên cạnh một chiếc bàn, mẹ đặt một món đồ chơi tại vị trí mà bé không thể với tới được. Khi nhìn thấy bé không thể cầm được, mẹ có thể buộc đồ chơi vào một đầu của sợi dây, đặt đầu dây kia của sợi dây vào tay bé để cho bé kéo. Khi bé kéo được đồ chơi này tới vị trí gần mình, bé sẽ rất vui.

NGÀY THỨ 94

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé được hơn 3 tháng tuổi, đầu có thể chuyển động được theo mong muốn của mình, mắt cũng có thể liếc sang trái sang phải theo sự chuyển động của đầu. Sự phát triển và tăng trưởng của bé có một quy luật nhất định, thông thường sau khi bé được sinh ra đến tháng thứ 3 khi bé nằm sấp, bé có thể dùng cánh tay chống đỡ lấy cơ thể và nâng đầu lên được; bé được 4~6 tháng tuổi có thể lật người được; bé được 7~8 tháng tuổi có thể biết leo trèo; các bé tròn 1 tuổi có thể đứng hoặc tự bé có thể bước đi được. Khi giúp bé tập luyện, cần phải thuận theo quy luật tự nhiên của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Thử lật

Mục đích

Tập lật người, nằm sấp và ngẩng đầu.

Phương pháp

Bé nằm ngửa, đặt chân trái của bé lên trên chân phải, tay mẹ đỡ lấy eo của bé, giúp bé chuyển người thành tư thế nằm sấp. Lấy đồ chơi đặt trước mặt bé, kích thích bé ngẩng đầu lên, lại lật người trở lại. Sau đó đặt chân phải của bé lên trên chân trái của bé, lật sang bên trái.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Giai đoạn này có thể phát triển được các cơ quan cảm giác cho bé như: thị giác, thính giác, xúc giác và sự liên hợp của các hoạt động cơ bắp của bé. Mắt dẫn dắt tay cầm đồ vật, nghe đến âm thanh có thể chuyển động mắt và cơ thể một cách chính xác.
- ❖ Tập cho bé bài tập lật người, rèn luyện cột sống và các cơ chân tay, giúp bé học được các động tác lật người.

- ❖ Nếu bé đã biết lật người, bố mẹ phải quan tâm tới sự an toàn cho bé.

NGÀY THỨ 95

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi người lớn đỡ nách và hông của bé, bé có thể ngồi xuống được, để cho bé bò trên giường, đầu của bé đã có thể nâng lên khỏi giường một cách vững chắc, cằm và vai của bé có thể rời khỏi được mặt bàn, nửa cơ thể phía trước bé có thể dùng hai cánh tay để chống đỡ.

Trò chơi ngày hôm nay: Vỗ oa oa

Mục đích

Phối hợp giữa phát âm và động tác, thể hiện sự vui mừng.

Tiền đề

Bé có thể duỗi tay ra cầm đồ vật.

Phương pháp

Người lớn dùng tay vỗ vỗ vào miệng của mình để phát ra âm thanh “oa oa”, sau đó nắm lấy tay của bé đặt vào miệng của bé và vỗ nhẹ tương tự và cũng phát ra âm thanh “oa oa”, động tác và âm thanh của bé phát ra phải được phối hợp với nhau, bé vừa làm động tác này vừa cười, mẹ và bé cùng vui.

NGÀY THỨ 96

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé nằm trên giường một mình, hai tay bé giơ lên trước mặt rồi nhìn và chơi đùa. Chống nách bé và nâng bé lên, bé sẽ nâng một chân lên và bước một bước, lại nâng chân

khác và bước tiếp, đây là phản ứng ban đầu của bé. Khi bé đến 6 tháng tuổi, đỡ bé đứng thẳng lên, chân của bé sẽ chống đỡ cơ thể của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Đung đưa

Mục đích

Tập luyện năng lực cân bằng cho bé.

Phương pháp

Tập luyện năng lực cân bằng cho bé có hai phương pháp đơn giản sau đây:

Đặt bé lên trên một chiếc chăn, bố mẹ kéo bốn góc của chiếc chăn, nâng bé lên khỏi giường 20cm, nhẹ nhàng đung đưa.

Bố hoặc mẹ ôm bé vào lòng, ngồi lên cái đu, nhẹ nhàng đu đưa.

Lời khuyên của chuyên gia

Sau một giấc ngủ, tỉnh dậy, mong muốn nhất của bé là được nhìn thấy khuôn mặt của mẹ. Lúc này, mẹ có thể vừa ôm bé, vừa trò chuyện, nếu sau khi tỉnh dậy bé khóc, mẹ có thể bế bé và đi đi lại lại nói “Ồ, con của mẹ ngủ dậy rồi! Bé không khóc nữa, mẹ ôm con”.

NGÀY THỨ 97

Bé lớn lên và rèn luyện

Hàng ngày, mẹ nên thường xuyên trò chuyện với bé, để bé vô thức mà nhớ được các từ vựng, tạo nền tảng ngôn ngữ cho bé. Khi mẹ thay tã cho bé, cho bé bú sữa hay cùng chơi với bé, chỉ cần có thời gian, thì mẹ nên cố gắng nói chuyện với bé càng nhiều càng tốt, điều này rất tốt để phát triển ngôn ngữ của bé.

Các bé được hơn 3 tháng tuổi đã có được một sự phát triển nhất định về ngôn ngữ, khi được kích thích bé sẽ rất vui, và phát ra tiếng cười rộn rã. Khi bé nhìn thấy mẹ, bé sẽ nở nụ cười ngọt ngào, miệng không ngừng ê a, như bé đang tâm sự với mẹ.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát

Mẹ nhẹ nhàng gọi tên bé, cùng bé nói chuyện, và hát cho bé nghe bài:

*Em búp bê nhỏ
Cái miệng xinh xinh
Gọi mẹ
Gọi bố
Gọi bà
La la...*

NGÀY THỨ 98

Bé lớn lên và rèn luyện

Phạm vi hoạt động tay của bé được mở rộng, hai bàn tay của bé có thể nắm trước ngực, bé thường để tay mình trước mặt, tay này cầm đồ chơi kia, tay kia cầm đồ chơi này, hoặc bé ngắm nhìn tay bé một cách chăm chú. Động tác này là một tiêu chí phát triển động tác của bé 3 tháng tuổi.

Trò chơi ngày hôm nay: Nắm quả hạnh đào

Mục đích

Tập luyện kỹ năng nắm bắt cho bé.

Phương pháp

Đặt hai quả hạnh đào hoặc hai đồ chơi xếp hình đã rửa sạch tại vị trí bé có thể nắm bắt được. Trước tiên bé sẽ dùng tay cầm lên một thứ, cho vào miệng một cách vụng về, gặm

cho được vào miệng rồi lại làm rơi xuống. Đến cuối tháng tuổi này, không những bé có thể cầm được quả hạnh đào một cách dễ dàng, mà còn có thể dùng tay khác để cầm quả thứ hai.

NGÀY THỨ 99

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé nằm ngửa, dùng hai cổ tay của mẹ nắm lấy hai cổ tay của bé, nhẹ nhàng kéo, đồng thời cơ thể của bé được nâng lên, phần cổ của bé đỡ được đầu của bé, làm cho đầu của bé được nâng lên theo đó.

Đối với các bé được hơn 3 tháng tuổi, do sự phát triển của hệ thống thần kinh, hai tay nắm đồ vật đã xuất hiện sự thay đổi mang tính tùy thích, bé nắm những đồ vật mình muốn.

Trò chơi ngày hôm nay: Chiếc trống cơm tùng tùng

Mục đích

Tập luyện kĩ năng phối hợp giữa hai tay cho bé.

Phương pháp

Mua cho bé một chiếc trống nhỏ, một tay mẹ cầm trống, tay khác cầm cùi, mẹ đánh trống cho bé xem. Sau đó để cho bé mô phỏng lại động tác mẹ vừa làm.

NGÀY THỨ 100

Bé lớn lên và rèn luyện

Có những bé được 3~4 tháng tuổi là có thể biết lật người, nhưng có một vài bé cơ thể phát triển rất bình thường qua vài tháng mà vẫn chưa thể lật người được. Khả năng lật người không phải là một tiêu chí quan trọng để kiểm tra sự phát triển của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Lật người

Mục đích

Tập luyện tính linh hoạt cho cơ thể của bé, cũng có vai trò rèn luyện các cơ vùng cổ, vai, và eo của bé.

Đồng thời, trong khi chơi trò chơi, giọng nói ấm áp của bố mẹ cũng có thể tạo cho bé cảm giác phấn chấn và tự tin hơn, thoả mãn được yêu cầu về tình cảm cho bé.

Phương pháp

Sau khi thay tã cho bé, đặt bé vào một nơi có đệm mềm, nhẹ nhàng lật người bé lên, vừa lật người vừa trò chuyện với bé, có thể nói “Bé thật cừ, để mẹ giúp bé lật người. Bé ơi, cố lên, 1,2,3”. Sau khi lật được người, có thể vuốt ve vùng lưng của bé, vừa vuốt ve, vừa trò chuyện với bé. Lại tiếp tục lật hai lần nữa.

Nhắc nhở

Trò chơi này có thể được chọn lựa vào thời điểm sau khi thay xong tã cho bé, không thích hợp khi bé vừa ăn xong.

NGÀY THỨ 101

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé có thể nhận biết được chiếc bình sữa, khi người lớn sắp mang bình sữa lại gần bé, là bé biết mình sắp được mẹ cho ăn hay cho uống, lúc này bé sẽ rất vui và an tâm chờ đợi.

Trò chơi ngày hôm nay: Nắm cho chắc

Mục đích

Phát triển kĩ năng về tay và xúc giác cho bé.

Phương pháp

Mẹ cầm một vòng tròn bằng nhựa có thể phát ra âm

thanh, đặt vào trong tay của bé, lúc này bé chưa thể nắm được đồ vật, chỉ có thể nắm chặt tay lại. Lúc này mẹ có thể vuốt ve các ngón tay và lưng tay cho bé. Làm như thế bé sẽ mở các ngón tay ra, sau đó mẹ lại cầm đồ chơi đặt vào tay bé để cho bé cầm.

Giao lưu mẹ con: Bé thích âm thanh trong trẻo và giọng nói trầm bổng của mẹ, vì vậy mẹ nên nói với giọng thật biểu cảm cho bé nghe. Khi nói, khuôn mặt mẹ luôn tươi vui, bé sẽ cảm thấy vui nhất khi được ngắm nhìn khuôn mặt rạng rỡ và nụ cười của mẹ.

NGÀY THỨ 102

Bé lớn lên và rèn luyện

Bố mẹ cần phải chủ động xây dựng mối giao lưu giữa con và bố mẹ, cho dù là một đứa bé hay khóc hay là một đứa bé không quấy nhiễu. Bố mẹ có thể chủ động giao lưu khi bé không khóc, kích thích bé và cùng chơi đùa với bé, vuốt ve bé, giúp bé tập luyện thể dục, ôm bé làm cho bé được hạnh phúc, thoải mái, bồi dưỡng cảm giác an toàn cho bé. Đừng để cho bé cảm thấy cô đơn, không có người chăm sóc giúp đỡ.



Trò chơi ngày hôm nay: Loại nào thơm nhất?

Mục đích

Phát triển cơ quan khứu giác cho bé.

Phương pháp

Để bé ngửi mùi thơm của sữa mẹ, nước chanh ép của bố và các món ăn trong gia đình. Nếu dùng đũa nhúng nước dấm và cho gần mũi của bé, thì bé sẽ nheo mày lại và hắt xì hơi, lần lượt để gần vào mũi bé các thứ như: hành đã bóc hay củ tỏi thì bé có các phản ứng là ngoảnh đầu sang hướng khác và trốn tránh, cũng có thể đặt bánh xà phòng thơm trước mũi bé, quan sát xem bé thể hiện như thế nào.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Vuốt ve bé.
- ❖ Khi bé đã ăn no hoặc khi bé tỉnh dậy, mẹ có thể ngồi gần bé và dùng tay vuốt ve chân, tay, lưng và ngực cho bé, đồng thời cười đùa nói chuyện với bé.
- ❖ Khi bé khóc, mẹ có thể bế bé lên, cho phần đầu của bé nghiêng vào trước ngực trái của mẹ, vừa để cho bé lắng nghe âm thanh nhịp đập con tim của mẹ, mẹ vừa vuốt ve bé.
- ❖ Mẹ ôm bé vào trong lòng, vuốt ve vùng đầu, tay và chân của bé.
- ❖ Khi tiếp xúc với bé, phải rửa sạch tay, không được vuốt ve bé khi tay chưa sạch sẽ.
- ❖ Mẹ không được để móng tay quá dài và nhọn, không được đeo nhẫn hay đồng hồ khi vuốt ve bé.
- ❖ Cũng có thể vuốt ve bé qua một lớp áo mỏng một cách nhẹ nhàng.
- ❖ Vuốt ve cho bé bố mẹ có thể cảm nhận tình yêu thương vô bờ bến mình dành cho con và tăng thêm sự gắn bó với con.
- ❖ Khi vuốt ve cho bé, bố mẹ cũng cảm thấy thư thái.
- ❖ Thông qua vuốt ve bé, bố mẹ có thể hiểu thêm về cơ thể của bé.

NGÀY THỨ 103

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé phát ra tiếng ê a, bé có thể học được cách phát âm. Bé có thể phát ra các âm như k, g, d, ư, m, p, n và âm b..., trong đó tần số sử dụng nhiều nhất là các âm như k, h, g, b.... Có lúc, chúng ta còn có thể nghe thấy bé “lặng lẽ tập luyện” một mình những âm này. Lúc đó, ta có thể để cho bé tự tập luyện một mình, tuy nhiên người lớn nên tận dụng cơ hội này, dùng ngôn ngữ của mình để kích thích sự phát triển ngữ âm của bé.

Bé được hơn 3 tháng tuổi mỗi ngày ngủ khoảng 17~18 tiếng, ban ngày bé ngủ ba lần, mỗi lần bé ngủ từ 2~2,5 tiếng, buổi tối bé có thể ngủ khoảng 10 tiếng.

Trò chơi ngày hôm nay: Xem hình của miệng

Mục đích

Thúc đẩy sự phát triển ngôn ngữ cho bé.

Phương pháp

Mẹ phát ra âm thanh như “a,u” cho bé nghe, để cho bé quan sát khẩu hình của miệng mẹ, có lúc bé sẽ mô phỏng lại, làm ra động tác giống như mẹ, và dần dần phát ra âm thanh.

Lời khuyên của chuyên gia

Ở giai đoạn này bé thích được chơi với tay của mình, có thể thúc đẩy cảm giác điều tiết của tay và mắt cho bé. Để cho bé quan sát nhiều lần tay của bé, dần dần bé có thể cảm nhận được tay của mình chính là một bộ phận của cơ thể mình. Mẹ cần cùng chơi với bé, không mắng bé khi nhìn thấy bé cho tay vào miệng.

NGÀY THỨ 104

Bé lớn lên và rèn luyện

Đối với bé được hơn 3 tháng tuổi, bé thích chơi đùa với bàn tay của mình từ mọi góc độ, thích dùng tay để chạm vào đồ chơi, thích dùng tay để đặt đồ chơi cho vào miệng và khám phá xem chúng như thế nào.

Bé có thể cùng với mẹ trò chuyện chỉ bằng các âm thanh “culu culu”, bé còn có thể trò chuyện một cách sinh động và có thể kéo dài sự náo nhiệt của cuộc trò chuyện. Bé biết lắng nghe âm thanh của chính mình. Bé không rời khỏi mẹ - người thường xuyên quan tâm và dành tình yêu thương đặc biệt cho mình.

Trò chơi ngày hôm nay: Cùng bé nói chuyện đông tây

Mục đích

Thúc đẩy sự phát triển ngôn ngữ cho bé, tự do phát âm, tăng cường tình cảm mẹ con.

Tiền đề

Bé có thể kéo dài các nguyên âm.

Phương pháp

Bố mẹ thường xuyên trò chuyện với bé: “Bé ơi! Hôm nay bé ăn no chưa? Chúng ta đi xem con ngựa này đi. Lục cục lục cục, ngựa chạy nhanh quá.” Nhìn ra bên ngoài cửa sổ “Hôm nay mặt trời mọc sớm, thời tiết đẹp làm sao!”. Cầm đồ chơi ra “Chú mèo kêu meo meo”...

Nói chung, khi chúng ta nhìn thấy cái gì thì nói về cái ấy, khi bé nhìn thấy miệng của người lớn hoạt động, chúng cũng biết trả lời “ê a”.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi tâm trạng bé vui vẻ, mẹ có thể cho bé chơi các đồ

chơi như chiếc trống cơm, hộp âm nhạc. Khi bé nghe thấy âm thanh phát ra từ đồ chơi, bé sẽ rất vui. Mẹ cũng có thể mở một bản nhạc dành thai nhi để mẹ và bé cùng hoà nhập vào giai điệu của nhạc. Lưu ý tránh âm lượng quá lớn, và thời gian nghe nhạc quá dài.

NGÀY THỨ 105

Bé lớn lên và rèn luyện

Từ khi sinh ra đến 1 tuổi, sự phát triển não rất nhanh, trung bình mỗi tháng não của bé có thể tăng 1000mg. Trong vòng 6 tháng đầu, trung bình mỗi phút não của bé có thể tăng 20 vạn tế bào.

Trò chơi ngày hôm nay: Giúp bé sờ, leo, lăn, đánh

Mục đích

Từ lúc biết ngẩng đầu tới biết lật người, từ lúc biết vịn thành giường để đứng đến biết đi, mỗi lần đều đánh dấu sự trưởng thành của bé. Nếu mẹ thường xuyên gần gũi bé, khuyến khích bé tập luyện, nhất định bé sẽ trải qua các giai đoạn trên một cách thuận lợi.

Phương pháp

Khi bé tỉnh dậy, nằm trên giường, kích thích bé bằng các đồ chơi, để cho đầu của bé nghiêng về hướng đồ chơi, nếu bé thích thú với đồ chơi thì bé sẽ với tay ra tóm lấy, động tác này thúc đẩy cơ thể của bé có thể dần dần chuyển động được. Mẹ cũng có thể dùng hai tay nắm lấy chân của bé, chuyển chậm sang hướng khác, lật người từ dưới lên trên.

Mẹ ôm bé lên, để cơ thể của bé và mẹ duy trì một khoảng cách, tốt nhất là không nên để bé chạm vào ngực của mẹ. Mẹ cùng bé nói chuyện, đùa vui, để bé ngắm nhìn

khuôn mặt của mẹ, như thế có thể rèn luyện khả năng nâng đầu cho bé, tập luyện cơ cổ, có thể giúp bé lật người.

Chú ý

Khi bé bắt đầu lật người, phải chú ý xem xung quanh có đồ vật có thể gây nguy hiểm cho bé không (để tránh tay bé có thể bị tổn thương khi cầm nắm đồ vật, hoặc bé cho đồ vật vào miệng khiến bé ngạt thở).

Đối với những bé vừa mới biết lật người, bé thường thích thú với khả năng mới này của mình. Hãy cẩn thận vì bé có thể lăn từ trên giường xuống, dẫn đến thương tích. Nên đặt bé trên chiếc giường có thành cao bảo vệ.

Trong giai đoạn này, mẹ phải chăm sóc bé thật tỉ mỉ, tốt nhất là nên thường xuyên ở cạnh bé. Bé rất có thể lật được trở đi nhưng không thể lật được trở lại, không có sự giúp đỡ của người lớn, bé rất dễ bị ngạt thở, bởi vậy bố mẹ nên quan tâm đặc biệt về sự an toàn cho bé.

NGÀY THỨ 106

Bé lớn lên và rèn luyện

Có bé mập mạp, có bé gầy, tuy nhiên béo gầy không phải là tiêu chí để đo đếm sự phát triển của bé, nói chung, chỉ cần tinh thần của bé được thoải mái, dinh dưỡng đầy đủ, ngủ điều độ, sự phát triển trí tuệ và cơ thể đang nằm trong phạm vi bình thường, đều có thể coi là một chỉ tiêu phát triển lành mạnh. Đối với những bé được 16 tuần tuổi, cho dù không nhìn thấy mẹ nhưng chỉ cần nghe thấy giọng của mẹ là bé có thể an tâm và cười. Bé cũng có thể chuyển dịch đầu và ánh mắt về phía mẹ.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Không phải lo lắng khi bé có các động tác mút các ngón tay.

- ❖ Sự chênh lệch về sự phát triển cơ thể của bé khá lớn, có một số chỉ tiêu không thể đạt được cũng không nghiêm trọng lắm.
- ❖ Mở nhạc cho bé nghe thường xuyên, cùng bé trò chuyện.
- ❖ Kích thích bé trò chuyện, cùng bé tập luyện phát âm, học cách “giao tiếp”.

Trò chơi ngày hôm nay: Tập luyện về cảm nhận tiết tấu cho bé

Mục đích

Phát triển năng lực thính giác và cảm nhận tiết tấu cho bé.

Phương pháp

Mở một bản nhạc du dương, mẹ bế bé lên, đỡ dành bé, nhảy theo nhạc.

NGÀY THỨ 107

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé 3~4 tháng tuổi, tuyến nước bọt tiết ra nhiều, có thể mọc một vài cái răng. Khoang miệng của bé khá nông, chức năng nuốt lại kém, nên không thể nuốt được nước bọt tiết ra hoặc không thể tích trữ được chúng trong khoang miệng, nước bọt của bé không ngừng chảy ra từ miệng. Đây là một hiện tượng sinh lý, không phải là một căn bệnh, thông thường khi bé khoảng đến 2~3 tuổi hiện tượng này sẽ mất đi.

Phản xạ nắm chặt tay của bé đã hết. Bé thường duỗi tay ra, và quan sát đôi tay của mình. Nếu ta đặt đồ chơi vào tay bé, bé sẽ nhặt lên, thậm chí có thể giữ trong tay một thời gian khá dài. Có vẻ bé rất thích nắm đồ vật. Bé thường vuốt ve chơi đùa với bàn tay của mình, đưa cho bé một vài đồ chơi để cho bé tự giơ tay ra với.

Hãy cho bé tiếp tục với các trải nghiệm khác như: khi bé tắm ta có thể dùng tay té nước lên người bé, lên tay của bé, hoặc chúng ta có thể chuẩn bị cho bé một vài đồ chơi có tính chất khác nhau để bé chơi. Đặt một chiếc trống vào trong tay bé lắc lư, bé sẽ cảm thấy thích thú với các âm thanh và tính chất khác nhau của đồ chơi.

Trò chơi ngày hôm nay: Với tới đồ chơi

Mục đích

Phát triển năng lực xúc giác, sự điều tiết của tay và mắt bé.

Phương pháp

Treo đồ chơi có màu sắc tươi mới và có thể phát ra âm thanh tại vị trí mà bé có thể với tay tới được, để cho bé đập tay được vào đồ chơi. Sau khi chơi xong chúng ta tháo đồ chơi ra, lần sau chơi ta lại treo lên.

NGÀY THỨ 108

Bé lớn lên và rèn luyện

Ở giai đoạn này, bé sẽ phát ra một vài âm tiết có tiết tấu chuỗi như “ba-ba”, da-da-da”... Bé mô phỏng ngữ điệu mà bé nghe được trong cuộc nói chuyện, từ đó tập luyện và nắm bắt được ngữ âm và ngữ điệu đó. Khi bé phấn nộ, bé dùng âm điệu sắc và cao, khi chơi âm điệu của bé trầm thấp. Bé biết lắng nghe, và có phản ứng nhất định.

Trò chơi ngày hôm nay: Lắng nghe mình nói gì

Mục đích

Kích thích bé phát âm.

Phương pháp

Ghi âm lại âm thanh ê ê a a của bé, khi bé vui vẻ ta có thể mở lên cho bé nghe.

Lời khuyên của chuyên gia

Bài tập dành cho bé: Động tác lật người.

Tư thế chuẩn bị: Bé nằm ngửa, chân tay ngay ngắn.

Hướng dẫn:

Một tay của mẹ nắm lấy hai cổ chân của bé, một tay khác nhẹ nhàng vuốt ve vai của bé, sau đó dùng lực nhẹ giúp bé nâng cơ thể sang bên phải, chuyển sang tư thế nằm sấp, đồng thời hai cánh tay của bé di chuyển về phía trước, khiến cho phần đầu và vai của bé có thể nâng lên được một lúc.

Lại đặt hai cánh tay của bé trở lại vị trí ban đầu, một tay mẹ nắm hai cổ chân bé, tay kia đỡ trước ngực bé, giúp bé lật cơ thể từ tư thế nằm sấp chuyển sang tư thế nằm ngửa.

Lặp lại động tác

Yêu cầu của động tác: Khi mẹ giúp bé thực hiện động tác mẹ phải làm nhẹ nhàng, chậm chậm, khi bé lật người hoặc nằm sấp kích thích bé tập ngẩng đầu.

NGÀY THỨ 109

Bé lớn lên và rèn luyện

Các phương pháp tập luyện động tác mà các chuyên gia thiết kế cho bé 4 tháng tuổi:

- ❖ Khi bé cầm một thứ nào đó, mẹ có thể dùng ngôn ngữ hoặc động tác cổ vũ bé tự lấy, và đặt đồ vật này trong phạm vi thích hợp với bé.
- ❖ Khi bé vô tình chạm vào một đồ chơi nào đó, mẹ có thể khuyến khích bé bắt.
- ❖ Dùng ngôn ngữ đề nghị bé chú ý đến một đồ vật nào đó, đồng thời kích bé đi nắm bắt đồ vật đó.
- ❖ Khi bé bắt được đồ chơi, mẹ nên khen ngợi và khích lệ bé.

- ❖ Mẹ nên lặp lại các động tác nắm đồ vật.
- ❖ Giúp đỡ bé kết hợp giữa bài tập leo và nắm bắt.

Trò chơi ngày hôm nay: Chạm tay

Mục đích

Phát triển sự điều tiết động tác ngôn ngữ.

Phương pháp

Đặt bé vào lòng mẹ, hai tay mẹ nắm hai tay của bé, để hai ngón tay trỏ của bé chạm vào nhau xong lại rời ra, đồng thời mẹ có thể nói: “chạm này, chạm này, chạm tay này, hai tay bay lên đi”. Chơi nhiều lần lặp lại, làm cho bé nghe thấy âm thanh “chạm này, bay lên đi” thì bé sẽ chạm hai ngón tay trỏ của mình vào nhau.

NGÀY THỨ 110

Bé lớn lên và rèn luyện

Chiều cao là một trong những chỉ tiêu quan trọng của sự phát triển. Bé 4~6 tháng tuổi thì chiều cao trung bình mỗi tháng tăng 2cm, 7~12 tháng tăng 1~1,5cm. Khi bé được 1 tuổi thì chiều cao lại tăng bằng một nửa của chiều cao cơ thể, bé tăng chiều cao nhanh nhất khi được 1 tuổi, nếu không có chế độ dinh dưỡng đầy đủ, sẽ làm chậm đi sự sinh trưởng của bé, thì khó có thể theo kịp chiều cao của các bé cùng lứa tuổi.

Trò chơi ngày hôm nay: Nắm đồ vật

Mục đích

Tập luyện năng lực nắm bắt, điều tiết tay và mắt cho bé.

Phương pháp

Đặt đồ chơi lên trên một chiếc bàn, mẹ bế bé cho bé xem,

sau đó để tay bé với lấy đồ chơi, khi bé tóm được đồ chơi gì thì mẹ lại nói tên của đồ chơi đó, sau đó cùng bé chơi với đồ chơi này.

Trong giai đoạn 6 tháng sau khi bé sinh ra là thời kì tế bào não của bé phát triển mang tính đột phá, trong giai đoạn này nếu bé nhận được sự kích thích phong phú, thì bé sẽ có thể phát triển ngôn ngữ một cách tốt nhất.

NGÀY THỨ 111

Bé lớn lên và rèn luyện

Chu vi đầu là một trong những tiêu chí quan trọng để đánh giá bé phát triển tốt hay không. Bé trong vòng 1 tuổi là thời kì hộp sọ phát triển nhanh nhất trong quãng đời của bé. Để đo chu vi đầu cho bé, nên dùng thước mềm bằng nhựa đo từ bộ phận nhô ra sau đầu tới phần trên của lông mi mắt và trước vùng trán. Bé được 6 tháng tuổi thì chu vi đầu tăng 6~10cm, khi bé được 1 tuổi sẽ tăng 10~12cm. Sự tăng trưởng của chu vi đầu đánh dấu trình độ phát triển hộp sọ và não của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nảy lên

Mục đích

Phát triển năng lực xúc giác và sự cân bằng cho bé.

Phương pháp

Để bé nằm ngửa hoặc nằm sấp trên một chiếc giường có đệm lò xo đàn hồi, hay trên chiếc ghế sofa, sau đó lấy tay ấn mạnh chiếc giường tại vị trí trước sau và trái phải của bé, để cho giường nảy lên, chúng ta cũng có thể đứng lên hay quỳ lên giường lò xo, sau đó rung động giường, sẽ làm cơ thể của bé nảy lên và hạ xuống, tạo một cảm giác bồng bênh và bé sẽ

rất thích thú với trò chơi này, cùng với bé cười đùa để tăng thêm sự thú vị của trò chơi.

NGÀY THỨ 112

Bé lớn lên và rèn luyện

Chu vi ngực là một trong những chỉ tiêu quan trọng để đánh giá sự phát triển của bé.

Cách đo chu vi ngực: Dùng thước đo mềm đo từ đầu vú vòng ra sau lưng. Trong 1 năm sau khi bé sinh ra thì chu vi ngực tăng khoảng 11~12cm. Sự tăng trưởng của ngực có mối quan hệ rất lớn tới sự phát triển của cơ thể. Nếu chúng ta phát hiện ngực của bé lõm hoặc lồi lên, nên sớm đi kiểm tra.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé thích cho các đồ vật nắm được vào miệng, vì vậy, khi chọn lựa đồ chơi cho bé ta phải chú ý những điểm sau đây:

- ❖ Đồ chơi phải có màu sắc mới mẻ, hoa văn to, không rối mắt.
- ❖ Đồ chơi không gây độc hại cho bé.
- ❖ Đồ chơi ít chi tiết trang trí, nếu đồ chơi có mắt, nên chọn loại mà mắt không dễ dàng bóc ra được.
- ❖ Đồ chơi dễ dàng cho việc rửa và tiêu độc.

Trò chơi ngày hôm nay: Ném và ném

Mục đích

Phát triển năng lực vị giác cho bé.

Phương pháp

Dùng một cái thìa múc một ít nước canh hay một ít nước hoa quả cho bé thưởng thức, bé sẽ thích vị ngon của các món xào, và sẽ có thể bé giơ tay ra đòi lấy thìa. Bé thích nhất vị

ngọt. Nếu ta ăn muối đắng thì không nên cho bé thử món này, nếu thử đến vị đắng thì bé sẽ mím chặt miệng lại. Không được cho bé ăn những món quá mặn, vì khi bé được 4 tháng tuổi chức năng của thận vẫn chưa thể bài tiết được hết lượng muối quá nhiều, lượng muối dư thừa này sẽ khiến cho lớp da của bé bị tụ nước.

NGÀY THỨ 113

Bé lớn lên và rèn luyện

Đối với màu sắc, bé bước đầu đã có năng lực phân biệt. Thị giác của bé cũng có một sự phát triển nhất định, phạm vi tầm nhìn của bé từ 45 độ đến 180 độ. Ngôn ngữ cũng có sự phát triển bước đầu nhất định.

Trò chơi ngày hôm nay: Xem bóng lăn, đuổi ánh sáng đèn pin

Mục đích

Làm cho năng lực thị giác của bé được linh hoạt.

Phương pháp

Ôm bé ngồi bên cạnh bàn, quan sát trái bóng lăn từ đầu bên này của chiếc bàn sang bên kia. Để bé tập trung chú ý vào trái bóng, đầu của bé chuyển động theo hướng nhìn của bé.

Khi trời dần tối, bé bé ngồi lên trên đầu gối, mẹ dùng đèn pin chiếu lên trên tường, chiếu sáng khắp bên này sang bên khác, quan sát xem đầu của bé có chuyển động theo hướng của ánh sáng trên tường không, mẹ vừa nói “bắt nào”. Có thể bé bé đi “bắt” ánh sáng. Hoặc tại nơi có ánh sáng chiếu ta dùng gương để phản xạ ánh sáng thì cũng có hiệu quả tương tự, nhưng cần phải cẩn thận không được để ánh sáng chiếu trực tiếp vào mắt bé.

NGÀY THỨ 114

Bé lớn lên và rèn luyện

Bố mẹ nên quan sát sự phát triển của bé.

- Nếu bé quá thụ động, nên nghĩ tới việc có phải có vấn đề gì với bé, có những bé biểu hiện chậm chạp, rất ít khóc, thậm chí bị kích thích từ môi trường bên ngoài mà vẫn không khóc, những đứa bé như vậy ta nên hết sức chú ý.

- Nếu bé không biết cười hoặc rất muộn bé mới biết cười cũng là vấn đề cần quan tâm. Bé phát triển bình thường thì 2 tháng là có thể biết cười, khi đến 4 tháng là bé có thể cười hết cỡ. Nếu bé phát triển quá chậm, nên tìm nguyên nhân tại sao.

- Động tác chậm chạp. Các bé có trí tuệ phát triển không tốt thì các động tác của lật người, leo trèo, ngồi, đứng và đi đều chậm hơn các bé phát triển bình thường.

- Chảy nước dãi. Nếu sau khi tròn tuổi mà bé vẫn chảy nước dãi thường xuyên không vì một nguyên nhân nào cả, có thể là do trí tuệ kém phát triển.

Đối với các bé có trí tuệ phát triển kém thì bé có xu hướng không quan tâm tới sự việc và con người xung quanh. Chức năng của mắt phát triển kém.

Các bé có trí tuệ phát triển kém tỏ ra rất thụ động và hiền lành, có phản xạ rất mờ nhạt đối với các âm thanh xung quanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Đá chân

Mục đích

Tăng cường năng lực vận động.

Phương pháp

Đặt một quả bóng vào chân bé, bé sẽ chạm vào bóng một cách vô tình, trái bóng sẽ lăn đi. Mẹ lại đặt bóng vào trước

chân của bé, lặp lại nhiều lần cho bé đá, bé sẽ chủ động dùng chân đá bóng.

NGÀY THỨ 115

Bé lớn lên và rèn luyện

Buổi đầu bé lắc đồ chơi một cách vô thức, sau đó bé có thể làm các động tác một cách có ý thức. Nhằm tập luyện cho sức mạnh phần tay của bé, trước tiên ta có thể đeo một chiếc chuông vào tay bé, khi bắt đầu, thời gian nắm đồ chơi của bé khá ngắn, sau đó bé mới có thể dần dần nắm được đồ chơi lâu hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Chuyển từ tư thế nằm ngửa sang tư thế nằm sấp

Mục đích

Dưới sự giúp đỡ của người lớn, bé học được cách lật người từ tư thế nằm ngửa sang tư thế nằm sấp.

Phương pháp

Khi bé nằm ngửa, ta đặt đồ chơi tại phía gần bé, kích thích bé lật người đi lấy đồ chơi. Có thể nắm một cánh tay khác của bé, nhẹ nhàng kéo cơ thể của bé về phía của đồ chơi, giúp bé học cách lật người.

NGÀY THỨ 116

Bé lớn lên và rèn luyện

Năng lực vận động của bé không ngừng phát triển trong khi tập luyện.

Có thể tập cho bé ngồi trong lòng mẹ, nhưng thời gian không được quá dài. Cổ của bé chưa đủ cứng cáp để giữ

thẳng đầu, nhưng cũng có những bé cơ vùng cổ phát triển khá tốt, đầu bé có thể cứng cáp.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò bập bênh

Mục đích

Kích thích sự hiếu kì của bé và phát triển tay cho .

Phương pháp

Trò bập bênh là một trò chơi truyền thống. Cho bé chơi trò chơi này, bé trải nghiệm được rằng đẩy càng mạnh thì độ rung càng lớn, nếu chúng ta đẩy càng chậm thì độ rung càng thấp.

NGÀY THỨ 117

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể phát ra các âm thanh thể hiện sự vui mừng, do dự, không vui. Biết thể hiện ra tâm trạng mong muốn đợi chờ. Bé thích cùng người khác chơi đùa, thích ngắm nhìn những vật trong gương.

Khi đặt bé lên trên giường để bé bò, chúng ta có thể để vài đồ chơi có thể kích thích sự chú ý của bé trước mặt bé, lúc này bé muốn dùng tay đi bắt lấy đồ chơi, tập luyện cơ của vùng cổ và vùng ngực.

Trò chơi ngày hôm nay: Ngẩng đầu nhìn chuông

Mục đích

Rèn luyện cơ vùng cổ cho bé.

Tiền đề

Sau khi bé học được cách bò và chuyển động đầu. Thời gian thích hợp: giữa hai lần bé bú sữa.

Phương pháp

Để bé bò trên giường, lắc lư trên cao để kích thích bé ngẩng đầu lên quan sát. Lúc đầu bé thường quan sát, tuy nhiên đầu vẫn còn cúi xuống giường, dần dần cơ cổ của bé cứng cáp, có thể ngẩng đầu lên, cầm có thể chống đỡ được trên giường. Mỗi ngày nên để cho bé bò trên giường 3~4 lần, bắt đầu từ 30 phút, dần kéo dài thời gian ra. Dùng các loại đồ chơi khác nhau để thu hút bé, để cho phần cổ của bé có thể chống đỡ được sức nặng của đầu.

NGÀY THỨ 118

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé mới sinh có thể thông qua sự kích thích có điều kiện từ thế giới bên ngoài và đồ chơi hành động mang tính phản ứng. Sự hình thành một phản xạ có điều kiện là khởi nguồn của việc học tập - là giai đoạn đầu tiên.

Giai đoạn thứ hai, bé từ 1~4 tháng tuổi thích lặp lại các động tác một cách ngẫu nhiên.

Giai đoạn thứ ba là giai đoạn bé từ 4~8 tháng. Bé dùng chân đi đá một đồ chơi mà bé đã từng chạm và tiếp xúc rồi mà bé sẽ không đi đá những vật mới lạ bé chưa từng nhìn thấy.

Giai đoạn thứ tư là giai đoạn bé được 8~12 tháng tuổi. Các động tác của bé là những động tác có mục đích, nếu muốn chơi một đồ chơi, trước tiên bé biết gạt hết những vật cản ra.

Có thể để bé bò trên giường, hai tay của bé có thể đỡ được nửa trên cơ thể, đầu có thể ngẩng cao lên, có thể thúc đẩy sự tuần hoàn máu, phát triển chức năng hô hấp, tạo một cơ sở vững chắc cho khả năng leo trèo về sau cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Lắc lư theo âm nhạc

Mục đích

Phối hợp với tiết tấu của âm nhạc, của cơ thể để làm các động tác đung đưa, lắc lư.

Phương pháp

Hai tay mẹ giữ nách bé, nâng lên trên cao, làm cho bé dùng đưa sang trái và bên phải theo tiết tấu của âm nhạc. Dần dần giảm cường độ và tốc độ, quan sát xem bé có tự mình dùng đưa nữa không. Về sau, bé có thể học được cách xoay chuyển theo tiết tấu, và bé học được cách giữ thẳng bằng khi xoay chuyển cơ thể.

NGÀY THỨ 119

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé dần dần có thể kiểm soát được vận động chân tay của mình: có thể cùng một lúc di chuyển chân tay, đặt một chân này lên đầu gối của chân kia, hoặc là đặt gót chân lên trên đệm giường. Trong lúc chơi đùa, bé có thể vén áo của mình lên che mặt. Bé có thể ngồi trong chốc lát nếu có gối dựa lưng. Nếu đưa cho bé một vài đồ chơi thú vị, bé sẽ với tay để lấy. Khi bé lấy được đồ chơi, bé sẽ cảm thấy vui và cười. Hãy đưa cho bé các loại trống khác nhau, khuyến khích bé làm cho trống phát ra âm thanh.

Bé nắm mục tiêu không chính xác lắm, nhưng hãy đặt đồ vật vào trong tay bé để bé tập luyện khả năng cầm nắm, tiến tới là khả năng sử dụng đồ vật.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi ảo thuật

Mục đích

Rèn năng lực chú ý quan sát sự vật tĩnh, quan sát sự vật đang biến đổi.

Chuẩn bị

Có thể chọn lựa các bức tranh bé thích nhất.

Phương pháp

Ôm bé ngồi vào cạnh bàn, một lúc ta lại đặt một trái bóng màu hồng, một lúc ta lại đặt một cái bình nhỏ, lại đổi thành một chiếc hộp vuông nhỏ, xem bé có phát hiện ra trên bàn những thứ đang thay đổi không, xem bé cảm thấy thích thú với vật nào nhất. Cuối cùng, mẹ đặt một cái vung hình tròn nhỏ lên trên bàn một lúc và xoay chiếc vung, vừa xoay vừa nói “xoay chuyển đi!”. Cầm tay của bé chạm nhẹ lên vung, đợi khi chiếc vung dừng lại thì nói “ngừng đi”. Sự biến đổi không ngừng này, cùng với sự tham gia của động tác làm cho bé cảm thấy thích thú và mới lạ.

NGÀY THỨ 120

Bé lớn lên và rèn luyện

Hiện tại bé có thể thể hiện được cảm xúc sợ hãi hay phẫn nộ. Bé có thể phân biệt được mẹ và mình trong gương, và có thể nhận ra người lạ, có thể nói chuyện bằng các âm ê a. Bé có thể biểu thị sự phản kháng, biết duỗi tay ra để cho người khác ôm.

Trò chơi ngày hôm nay: Soi gương

Mục đích

Quan sát dùng mạo của mình trong gương, nhận thức được mình trong gương.

Phương pháp

Mẹ ôm bé đứng trước gương, chỉ vào gương và nói tên của bé, lại đặt tay của mẹ vào hình ảnh mẹ trong gương và nói “đây là mẹ”. Bé sẽ giơ tay ra sờ vào gương, cười với hình ảnh trong gương, phát ra âm thanh. Bé làm mặt hề, làm xấu khi soi gương sẽ rất thích thú và cười.

Đánh giá sự phát triển của bé bốn tháng tuổi

- ❖ **Động tác lớn:** Dùng đồ chơi kích thích bé, bé có thể chuyển từ tư thế nằm ngửa sang nằm sấp. Bé có thể tự ngồi vững trên đùi mẹ được 5 phút.
- ❖ **Động tác chi tiết:** Ngồi trong lòng mẹ, bé có thể chủ động với lấy các đồ chơi được đặt trước bé cách tay bé 2,5cm, đồng thời bé có thể nắm chắc đồ chơi trong tay.
- ❖ **Năng lực nhận thức:** Bé có thể quay đầu đi tìm nguồn gốc của âm thanh.
- ❖ **Ngôn ngữ:** Khi vui, bé có thể cười khanh khách; khi ngồi một mình yên tĩnh, bé có thể tự mình phát ra các âm thanh “ê ê a a”.
- ❖ **Cảm xúc và hành động xã giao:** Nhìn thấy đồ chơi hấp dẫn, bé tỏ ra thích thú. Nhìn thấy mẹ, bé sẽ duỗi tay ra đòi mẹ bế. Thấy người lạ, bé sẽ nhún, cảm giác đề phòng.

THÁNG THỨ 5

- Dạy bé mô phỏng âm thanh.
- Bé thích soi gương, có thể cười khi nhìn thấy mình trong gương.
- Bé có thể chuyển từ tư thế nằm sấp sang nằm ngửa.
- Khi được đỡ nách, bé có thể nhún nhảy trên đùi mẹ.
- Bé có thể chuyển đổi đồ vật từ tay này sang tay kia.
- Khi bé nằm sấp, hai cánh tay có thể nâng đỡ nửa người, ngực có thể nâng cao, đầu có thể ngẩng lên.
- Bé có thể dùng tay nắm bắt các đồ vật bé thích.
- Biểu lộ cảm xúc của bé rất phong phú, có thể biểu đạt sự buồn vui hay thích thú, bé có thể nhận ra người thân.
- Khi đỡ bé lên, đùi của bé có thể nâng đỡ cơ thể.

NGÀY THỨ 121

Bé lớn lên và rèn luyện

Thể trọng của bé trai đến tháng thứ 5 khoảng 7,52kg, còn đối với các bé gái khoảng 6,87kg, mỗi ngày tăng khoảng 25~30gam

Nhẹ nhàng kéo tay của bé thì bé có thể ngồi được dậy, có thể chuyển từ tư thế nằm ngửa sang tư thế nằm sấp.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Coi trọng việc tập luyện cơ quan cảm giác cho bé,

nâng cao năng lực giao tiếp bằng ngôn ngữ, nâng cao năng lực thính giác, thị giác trên cơ sở cũ.

- ❖ Rèn luyện cho bé việc thích ứng với cái lạnh, dần dần để bé thích ứng với sự chuyển biến nhiệt độ khá cao.

Trò chơi ngày hôm nay: Gọi tên có phản ứng

Mục đích

Kiểm tra thị lực cho bé.

Phương pháp

Khẽ gọi tên bé tại vị trí cách sau tai bé 20cm, quan sát xem bé có thể chuyển đầu về hướng của âm thanh phát ra hay không.

NGÀY THỨ 122

Bé lớn lên và rèn luyện

Chiều cao của các bé trai khoảng 65,46cm, còn bé gái khoảng 63,88cm. Sự hiếu kì của các bé ở giai đoạn này càng ngày càng tăng, bé cảm thấy thích thú đối với những vật thể mới lạ, và các trò chơi mới.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe nhạc

Mục đích

Tập luyện sự cảm nhận về tiết tấu cho bé.

Phương pháp

Mẹ chọn một bản nhạc có tiết tấu mới mẻ, ôm bé và cùng bé nghe, đồng thời nhún nhảy theo điệu nhạc.

Chú ý

Các chuyên gia cho rằng, phụ huynh cần phải có tính

sáng tạo để các “bài tập” luôn luôn mới mẻ, tuy nhiên cần chú ý “học bài mới” không quên ôn lại bài cũ. Các bé không chán những trò chơi lặp lại như người lớn nhằm tưởng, quan trọng ở chỗ các phụ huynh phải nhẫn nại.

NGÀY THỨ 123

Bé lớn lên và rèn luyện

Có thể mua cho bé một vài đồ chơi, như gấu chạy bằng điện, con chó lúc lắc cái đầu... nói chung là các đồ chơi có thể chuyển động được, có thể phát ra âm thanh, bé sẽ quan sát kĩ lưỡng những đồ chơi này.

Khi bé nằm ngửa, bé thích nắm hai tay vào nhau chơi đùa trước mặt, đưa cho bé một chiếc chuông rung, bé sẽ dùng hai tay cầm và giơ lên trước mặt để chơi, bé còn biết rung chiếc chuông, điều này cho chúng ta biết rằng chức năng điều tiết của mắt, tay, tai của bé phát triển.

Trò chơi ngày hôm nay: Cái gì kêu đấy nhỉ?

Mục đích

Tập luyện năng lực thị giác và nhận biết đồ vật cho bé.

Phương pháp

Đặt bé trên giường, vịn chuông đồng hồ báo thức để cho chúng phát ra âm thanh, mẹ sẽ hỏi bé “Cái gì kêu đấy nhỉ?”, “Là âm thanh gì



vậy?"... Bé sẽ có động tác tìm âm thanh. Sau đó mẹ mang đồng hồ ra và nói với bé "Đây là chiếc đồng hồ báo thức".

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ cần phải quan sát bé một cách tỉ mỉ, cần phải hiểu rõ bé, chẳng hạn như động tác, biểu lộ của bé. Bé không thể nói chuyện, nhưng cần để bé biết, mẹ có thể đọc hiểu bé "nói" gì, như thế bé mới có thể cảm thấy không lo lắng.

NGÀY THỨ 124

Bé lớn lên và rèn luyện

Chu vi ngực của các bé trai khoảng 42,68cm, còn đối với các bé gái khoảng 41,60cm. Khi bé trai ngồi thì chiều cao khoảng 42,72cm, còn đối với các bé gái khoảng 41,56cm. Các ngón tay đã duỗi ra, bé có thể nắm được đồ chơi xa khoảng 3m, thậm chí bé có thể nắm chúng rất chặt, bé còn có thể đổi đồ chơi từ tay này sang tay khác.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhận thức và sờ đồ vật

Mục đích

Phát triển năng lực của động tác và xúc giác cho bé.

Phương pháp

Cầm các đồ chơi có tính chất khác nhau như đồ chơi làm bằng gỗ, bằng vải, bằng giấy, bằng nhựa, cao su, hay kim loại... đưa cho bé, để cho bé sờ tay vào, đồng thời nói với bé rằng đây là đồ chơi mềm, là loại cứng, là loại trơn, là loại thô ráp... để cho bé có thêm trải nghiệm về chất liệu và nâng cao cảm giác của các ngón tay. Đừng kỳ vọng trong thời gian ngắn có thể nhớ được các đặc trưng này, mục đích của chúng ta không nằm ở đây.

NGÀY THỨ 125

Bé lớn lên và rèn luyện

Đối với các bé tháng thứ 5, các động tác có thể khéo léo hơn so với trước kia. Bé đến tháng thứ 5 đã có khả năng lật người, nhưng lúc đó đa số các bé chỉ có thể từ tư thế nằm ngửa chuyển được sang tư thế nằm nghiêng, hoặc từ tư thế nằm sấp chuyển sang tư thế nằm nghiêng. Khi bé được 6 tháng tuổi mới có thể thực hiện được các động tác lật người một cách linh hoạt.

Lật người có thể khiến bé mở rộng tầm nhìn, thúc đẩy sự phát triển trí lực và có ý nghĩa vô cùng quan trọng đối với sự phát triển chung của bé.

Khi bé đã biết lật, cần chú ý an toàn cho bé vì bé rất dễ bị ngã.

Trò chơi ngày hôm nay: Học lật người

Mục đích

Tập cho bé lật người.

Phương pháp

Đặt bé nằm ngửa trên tấm thảm, dùng đồ chơi thu hút bé, tập cho bé cách lật người từ tư thế nằm ngửa chuyển sang tư thế nằm sấp và ngược lại, lặp lại động tác này nhiều lần.

NGÀY THỨ 126

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi ôm bé trong lòng, phần đầu của bé có thể dựng thẳng lên một cách ổn định. Khi bé trong tư thế nằm sấp, đầu của bé ngóc lên hợp với vai một góc 90 độ. Khi bé cầm đồ vật, các ngón tay của bé trở nên linh hoạt hơn trước rất

nhieu. Khi nâng đỡ bé thì hai đùi của bé có thể chống đỡ được cơ thể.

Trò chơi ngày hôm nay: "Tạm biệt!"

Mục đích

Bé có thể hiểu được những từ đơn giản.

Phương pháp

Khi nhà có khách tới chơi, hoặc bố mẹ ra ngoài, cần phải dạy con cách chào "tạm biệt". Người lớn có thể ôm bé, vẫy tay bé và nói "Tạm biệt!". Khi bé biết nói, bé có thể chủ động tự vẫy tay và nói "Tạm biệt!".

NGÀY THỨ 127

Bé lớn lên và rèn luyện

Có những bé đã mọc 1~2 chiếc răng cửa. Sự phát triển ngôn ngữ và giao lưu tình cảm có sự thay đổi từng bước. Khi bé vui bé sẽ cười rất to, âm thanh giòn giã và rõ ràng. Khi có người cùng trò chuyện với bé, bé sẽ phát ra các âm thanh giống như là bé đang nói chuyện.

Trò chơi ngày hôm nay: Giấu mặt mèo, tìm chuông rung

Mục đích

Phát triển năng lực cảm giác, biết được tên của mình, dẫn đến cảm xúc vui mừng.

Phương pháp

Giấu mặt mèo:

Đặt bé ngồi lên đùi của mẹ, bố dùng khăn tay che mặt của mình, sau đó đột nhiên mở ra, gọi tên của bé, kích thích cho bé cười. Lặp lại động tác này vài lần, bé có thể chú ý tới một bên mà bố thường lộ mặt ra. Lại đưa khăn tay gần trước mặt bé, quan sát xem bé có thể kéo chúng xuống hay không và cùng bạn

trêu đùa. Nếu ta kéo chiếc khăn đang che trước mặt bé xuống, khiến bé cười, bé liền mô phỏng động tác của bố.

Tìm chuông rung:

Người lớn nhẹ nhàng lắc chuông để thu hút sự chú ý của bé, sau đó tiến tới vị trí ngoài tầm nhìn của bé, lắc chuông bên cạnh người của bé, đầu của bé chuyển theo âm thanh. Khi bé tìm thấy đồ chơi, ta hãy đưa đồ chơi phát ra âm thanh cho bé nghe và xem.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Bé sơ sinh thích nhất là nghe giọng của mẹ. Khi mẹ cười với bé, thay tã lót cho bé, tắm rửa cho bé, hay khi cho bé bú sữa tình cảm mẹ con được gắn kết.
- ❖ Khi nghe được âm thanh trong trẻo của mẹ, bé sẽ cảm thấy rất vui, đồng thời có thể kích thích năng lực học ngôn ngữ và lòng hiếu kỳ của bé, bé không những trò chuyện một cách vui vẻ với mẹ mà bé còn thích được giao lưu với tất cả các thành viên trong gia đình.

NGÀY THỨ 128

Bé lớn lên và rèn luyện

Mẹ có thể thực hiện các động tác massage một cách nhẹ nhàng cho bé vào các vùng đầu, bụng, chân tay, và lưng..., đồng thời mẹ nên trò chuyện với bé nhiều hơn. Khi thể hiện tình cảm, hãy hôn nhẹ vào tay và trán của bé, không nên hôn vào miệng bé.

Mỗi ngày, nên massage cho bé ba lần, đối với các bé sơ sinh, thời lượng cho mỗi lần chỉ cần 3 phút, đối với các bé lớn hơn một chút, thì cần khoảng 20 phút, việc massage nên được tiến hành vào thời điểm trước khi bé uống sữa hoặc sau khi bé tắm xong. Khi massage cho bé, có thể thực hiện đồng thời các động tác thể dục.

Trò chơi ngày hôm nay: Động vào là rung

Mục đích

Tăng tính mục đích trong hoạt động của chân và tay, từ đó học được cách kiểm soát trò chơi.

Phương pháp

Đeo chiếc vòng tay có lắp chuông vào cổ chân hoặc cổ tay của bé một cách nhẹ nhàng, giúp bé lắc tay làm cho đồ chơi rung phát ra âm thanh, sau đó để cho bé tự làm lấy. Lúc đầu bé có thể rung toàn thân, sau vài lần bé biết rung ở chân và ở tay, cuối cùng bé biết chỉ cần rung cổ tay là đồ chơi có thể phát ra âm thanh.

Sau vài ngày, bé có thể thay đổi vị trí rung tại cổ chân và mắt cá chân, bé có thể dễ dàng và nhanh chóng nhận biết ra nên rung chỗ nào trên cơ thể làm cho đồ chơi phát ra âm thanh, mỗi lần khi bé tìm đúng bộ phận rung thì mẹ nên khen ngợi và cổ vũ bé, vỗ tay và nói “Bé tốt lắm, bé giỏi lắm!”

Lời khuyên của chuyên gia

Động tác gập các khớp đùi cho bé.

Tư thế chuẩn bị:

Cho bé nằm ngửa, hai chân duỗi thẳng, bố mẹ có thể dùng hai tay của mình nắm lấy cổ chân của bé

Cách tập:

(1) Mẹ cầm hai đùi của bé gập đến phần bụng.

(2) Trở lại tư thế chuẩn bị.

(3) Làm giống động tác (1).

(4) Trở lại tư thế chuẩn bị.

(5) Lặp lại động tác.

Yêu cầu của bài tập: Khi gập đùi cho bé, hai đầu gối của bé không được cách xa nhau, hãy ép nhẹ tạo nên một áp lực giữa đùi và bụng của bé, động tác này có lợi ích cho sự co

bóp của ruột, khi tiến hành động tác duỗi, gấp đều yêu cầu không được dùng lực quá lớn, để tránh tổn thương tới các khớp và các dây chằng của bé.

NGÀY THỨ 129

Bé lớn lên và rèn luyện

Lúc này tuyến nước bọt của bé đang phát triển, thường có hiện tượng chảy nước dãi, bé hay cho ngón tay vào miệng làm các động tác mút. Đây chính là thời kì then chốt cho việc phát triển các động tác của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Gõ và đánh

Mục đích

Phát triển động tác của tay, thúc đẩy sự điều tiết tay và mắt cho bé.

Phương pháp

Đẩy: Trước tiên, mẹ đưa cho bé một bộ xếp hình vào tay phải, dạy cho bé cách cầm bộ xếp hình chuyển từ tay phải sang tay trái, lại đưa cho bé một bộ đồ xếp hình khác vào tay phải. Khi hai tay của bé đều đang cầm đồ chơi, mẹ cũng có thể hai tay cầm đồ chơi và làm động tác đặt xuống rồi lại nhấc lên, để cho bé mô phỏng. Sau đó lại dạy bé cách cho hai đồ chơi này sát vào nhau, rồi tách ra, cho bé chơi tùy thích với đồ chơi.

Gõ: Trước tiên, mẹ làm mẫu gõ hai bộ đồ xếp hình này cho chúng phát ra âm thanh, để cho bé sau khi nghe xong cũng có thể mô phỏng được các động tác của tiếng gõ, mẹ lại cầm một chiếc gậy gõ gõ cho bé xem, sau đó cầm chắc lấy hai tay của bé dạy bé cách gõ.

Rung: Trước tiên, mẹ cầm một đồ chơi gõ và phát ra âm thanh rồi rung chuông lên cho bé xem, bé nghe, sau đó để cho bé mô phỏng lại động tác mình vừa làm.

Sau khi bé học được các động tác như gõ, rung, mẹ có thể cầm tay của bé làm các động tác vừa gõ vừa rung.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi mẹ giúp bé mặc quần áo, có thể vừa thay vừa nói: “À, cái tay của bé này, cái mặt của bé này!”... Như thế có thể coi việc thay quần áo cho bé thành một trò chơi. Sau khi mặc quần áo xong, đừng quên việc khen ngợi bé “Con của mẹ thật đẹp, con của mẹ cao quá, bé giống bố quá!”.

NGÀY THỨ 130

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé rất thích thú với các sự vật xung quanh, đặc biệt là thích cùng người thân trò chuyện. Bé có thể nhận biết được mẹ của mình và những người xung quanh, cũng có thể phân biệt được những đồ chơi mình hay chơi.

Trò chơi ngày hôm nay: Chào bạn

Mục đích

Trò chuyện cùng với bé.

Phương pháp

Mẹ ôm bé trong lòng, tay trái cầm đồ chơi bằng nhung và nói với bé: “Bạn gấu con đến rồi, bạn gấu con chào bé”. Sau đó chạm nhẹ đồ chơi vào đầu, vào tay chân bé. Cho bé cầm đồ chơi, mẹ nói: “Chào bạn, chào bạn!”.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi cho bé bú, mẹ hãy chuyện trò với bé một cách tình cảm, khi bé nghe được giọng nói ấm áp nhẹ nhàng của mẹ, bé sẽ có cảm giác rất yên tâm.

NGÀY THỨ 131

Bé lớn lên và rèn luyện

Chúng ta có thể sử dụng phương pháp này để kiểm tra xem bé có thể kiểm soát được phần đầu của bé không.

Giữ cánh tay của bé kéo bé ngồi dậy. Bé 20 tuần tuổi có thể kiểm soát được các hoạt động của phần đầu tốt hơn. Đối với các bé được hơn 4 tháng tuổi thì hai chân khoẻ hơn, các cơ bắp cứng cáp hơn nhiều. Có thể đỡ bé ngồi trong lòng mẹ 10 ~ 15 phút, thời gian không được quá dài, để tránh dị dạng cột sống của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Ngồi

Mục đích

Tập ngồi cho bé.

Phương pháp

Khi bé được 5 tháng tuổi, ta có thể cho bé tựa vào người của mẹ, hoặc cho bé dựa vào chiếc ghế sofa chơi, khi bắt đầu, bé ngồi được không lâu là đổ xuống, sau một thời gian, bé có thể buông tay ngồi một cách vững chắc trong 10 phút, lúc này bé đã học được cách ngồi.

Khi bé ngồi một mình trên chiếc ghế sofa, cần phải có người bên cạnh quan sát, khi người bé đổ xuống cần người bên cạnh đỡ lên, chú ý không để cho bé ngã bị xuống đất. Khi bé có thể ngồi vững được, ta có thể đặt bé trên một tấm đệm, để cho bé kéo tay mẹ cùng ngồi với bé, chú ý rằng không phải là mẹ dùng lực để kéo bé ngồi, chú ý kéo cho các khớp đầu gối của bé được giãn ra.

Lời khuyên của chuyên gia

Các bé được khoảng 5 tháng tuổi, nhu cầu về món ăn phụ của bé tăng lên, mẹ cần phải kiên nhẫn cho bé ăn uống đầy đủ, vừa cho bé ăn vừa trò chuyện với bé. “Con đói bụng

rồi à? Nhanh ổn thôi mà!", "Hôm nay con có thể ăn nhiều nha, cháo hôm nay ngon lắm", chúng ta có thể trò chuyện với bé những câu như vậy.

NGÀY THỨ 132

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé 5 tháng tuổi thường thích chơi đùa cùng bố mẹ, khi bé vui bé cũng sẽ cười, bé còn biết nói một mình. Bé biết nghe nhạc, bé biết được tên của bé. Bé có thể chủ động dùng tay đập và với đồ chơi trước mặt mình, khi nhìn thấy mẹ hay những người bé yêu quý, bé biết chủ động giơ tay ra đòi bế. Bé biết thể hiện sự quan tâm chú ý tới mọi vật xung quanh mình.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe tên và quay đầu lại

Mục đích

Bé nghe và biết được tên của mình.

Phương pháp

Trước tiên bé cần phải được đặt tên, tốt nhất ngay từ lúc mới bắt đầu nên dùng một trong hai tên là tên thân mật hoặc tên chính thức của bé. Nếu như bố mẹ lúc thì gọi tên này, khi gọi tên khác thì bé sẽ không biết bố mẹ mình đang gọi tên ai, muốn kiểm nghiệm xem bé có thực sự nghe hiểu tên của mình không, ta có thể cho một bé khác cũng có mặt ở đó, trước tiên ta gọi tên của một bé khác, xem bé có ngoảnh đầu lại không (nghe được âm thanh là ngoảnh đầu); sau đó gọi tên của bé, nếu bé ngoảnh đầu lại, thì chúng ta có thể kết luận rằng bé có thể nghe hiểu được tên của mình rồi.

Mẹ nên thường xuyên trò chuyện với bé, đồng thời cả nhà nên gọi thống nhất một cái tên của bé. Nếu không có người tập luyện thì phải đến tháng thứ bảy bé mới có thể nghe hiểu được tên của mình.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Trên thành giường, thành cũi của bé tuyệt đối không được mắc bất kì thứ gì nhất là quần áo và khăn mặt, vì nhớ ra những thứ này rơi xuống giường sẽ che vào mặt của bé làm cho bé khó thở, rất nguy hiểm cho bé.
- ❖ Đối với những bé không thể lật người được, bố mẹ phải thường xuyên tập luyện động tác lật người cho bé.
- ❖ Cho bé tắm nắng nhiều, để bổ sung vitamin D, tránh việc thiếu canxi và phòng bệnh còi xương ở trẻ nhỏ.
- ❖ Mỗi ngày ta có thể cho bé hoạt động ngoài trời ít nhất 2 tiếng.

NGÀY THỨ 133

Bé lớn lên và rèn luyện

Để duy trì sự thăng bằng của cơ thể, điều này cần phải có sự điều tiết của hệ thống thần kinh trung khu mới.

Đối với bé, sau khi bé biết ngồi mới có thể tiến tới ngồi và hai tay hoạt động một cách tự do, từ đó dần dần thúc đẩy sự phát triển của tay và sự điều tiết cho tay và mắt của bé.

Khi sự khéo léo của đôi tay tăng lên, sẽ thúc đẩy sự phát triển của não bộ, sự hiểu biết của bé cũng tăng lên.

Trò chơi ngày hôm nay: Gật đầu và lắc đầu

Mục đích

Rèn luyện các cơ bắp, giúp phần lưng, vai, ngực và eo của bé phát triển.

Phương pháp

Bé tựa vào mẹ, mẹ dùng đồ chơi để kích thích bé giơ tay ra với đồ chơi, làm cho cơ thể của bé được vươn căng ra, sau đó đưa cho bé đồ chơi để bé cầm.

Khi bé biết ngồi, để cho bé cầm đồ chơi bằng hai tay, hoặc là chơi trò vỗ tay để cho bé giữ thẳng bằng khi ngồi. Ngoài ra, phải tập cho bé cách gật đầu, lắc đầu khi ngồi, dần dần giúp bé ngồi vững chắc.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu như bé quá mập bạn cần phải làm gì?

- ❖ Cho bé nằm ngửa, làm các động tác đạp chân .
- ❖ Kích thích bé hoạt động.
- ❖ Thường xuyên để cho bé lật người.
- ❖ Duy trì chế độ tắm nắng và hít thở không khí trong lành.
- ❖ Mẹ đỡ nách để bé đứng thẳng lên, hai chân bé dẫm lên đầu gối mẹ; để cho bé nhảy trên đầu gối.
- ❖ Khi bé chơi trò chơi, không nên cho bé mặc tã lót, để cho bé cảm thấy thoải mái.

NGÀY THỨ 134

Bé lớn lên và rèn luyện

Sự vận động của tay sẽ ảnh hưởng tới sự phát triển của não. Để cho bé dùng tay bắt, đặt đồ vật, giúp các ngón tay của bé trở nên linh hoạt. Đặc biệt, tay bé được tiếp xúc với tay của mẹ làm tăng thêm tình cảm thân thiết giữa mẹ và bé. Ngoài ra, tâm thanh của tiếng vỗ tay cũng có thể thu hút sự chú ý của bé. Khi chơi trò chơi vỗ tay, mẹ có thể vừa vỗ tay vừa hát dân ca cho bé nghe.

Trò chơi ngày hôm nay: Nào cùng vỗ tay

Mẹ vỗ một cái, con vỗ một cái

Con gà trống có chiếc mào đỏ và cái đuôi to màu xanh

Mẹ vỗ hai cái, con vỗ hai cái

Bé là bé thông minh nhất của mẹ.

NGÀY THỨ 135

Bé lớn lên và rèn luyện

Trung bình 13 tháng tuổi là bé có thể đi được, nhưng có những bé chỉ mới 9 tháng tuổi đã biết đi, và có những bé tới 18 tháng tuổi mới bắt đầu biết đi. Việc biết đi bộ sớm hay muộn của bé có liên quan tới cá tính và sự phát triển các cơ bắp của bé, đồng thời còn có liên quan tới trí tuệ của bé. Một bé có một cơ thể cứng cáp khoẻ mạnh, hoạt bát, chủ động và tích cực, có tính độc lập thì có thể biết đi được sớm hơn một chút.



Trò chơi ngày hôm nay: Nhảy nhót

Mục đích

Rèn luyện thể lực cho đôi chân của bé, chuẩn bị cho giai đoạn đứng. Phát triển khả năng liên hệ giữa động tác và ngôn ngữ.

Phương pháp

Đỡ nách của bé đứng lên trên đùi của mẹ, nâng bé lên cho bé nhún nhảy, dần dần hạ xuống. Vừa tập, mẹ vừa chuyện trò với bé “Bé nhún nhảy này.”, “Bé nhún nhảy để có đôi chân khoẻ mạnh”...

Lời khuyên của chuyên gia

Đối với những bé vừa mới chào đời, nên cho bé tiếp xúc trong môi trường có ngôn ngữ phong phú để bồi dưỡng được cho bé một năng lực ngôn ngữ tốt nhất.

NGÀY THỨ 136

Bé lớn lên và rèn luyện

Hãy để bé được phát triển tốt nhất và thoải mái nhất.

Trò chơi ngày hôm nay: Tay nắm chặt

Mục đích

Tập luyện khả năng nắm bắt bằng tay cho bé.

Phương pháp

Đặt hai bộ xếp hình để bé sẽ giơ tay ra nắm lấy. Lưu ý phải rửa sạch đồ chơi, vì bé thường nhét ngay đồ chơi vào miệng. Vì bé không nắm chắc đồ chơi nên thường làm đồ chơi rơi ngay xuống đất khiến đồ chơi bị dính bẩn, lúc này mẹ cần lắc ra hiệu và nói “Đừng ăn, bẩn lắm con ạ, không ăn được đâu”.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Cho bé sờ vào đồ chơi để bé có những cảm nhận khác nhau về đồ chơi.
- ❖ Mẹ cần để ý xem bé thích thú với những thứ gì, để cho bé tiếp xúc với thứ đó nhiều hơn.
- ❖ Cho bé ngồi hoặc nằm đối diện mẹ để bé ngắm nhìn khuôn mặt của mẹ.
- ❖ Cho bé soi gương để bé nhìn chính khuôn mặt của bé.
- ❖ Chỉ nên treo 2~3 đồ chơi trước giường bé, nhiều đồ chơi quá khiến bé cảm thấy nhàm chán và mệt mỏi.
- ❖ Nếu có điều kiện, có thể mời bác sĩ thiết kế phương án bài tập cho bé.
- ❖ Cổ vũ bé vận động nhiều hơn.
- ❖ Quần áo của bé phải thoải mái để chịu, không hoạt động và luyện tập phải rộng rãi và thích hợp.

- ❖ Chọn đồ chơi thích hợp để tăng cường sự thích thú hoạt động cho bé.
- ❖ Thường xuyên quan tâm đến cảm xúc tâm lý của bé.

NGÀY THỨ 137

Bé lớn lên và rèn luyện

Quan sát xem bé có quá chậm chạp hay không, bé có thể tự ngồi một mình hay nắm bắt đồ vật không. Khi bộ não chỉ huy tốt, cơ thể bé khéo léo hơn, các động tác sẽ chính xác.

Mỗi một loại năng lực của bé đều cần phải có một giai đoạn học tập và nắm bắt.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhìn đèn

Mục đích

Nhận thức các đồ vật hàng ngày, phát triển năng lực nhận thức cho bé.

Tiền đề

Khi mẹ chỉ vào một đồ vật nào đó, mắt bé có thể tìm được mục tiêu.

Phương pháp

Ôm bé vào lòng, mẹ chỉ tay vào bóng điện, và bật công tắc cho bóng điện lúc sáng lúc tối, đồng thời nói “bóng đèn”, làm cho bé chuyển sự chú ý từ miệng của mẹ sang chú ý bóng điện đang biến đổi ánh sáng.

Mỗi ngày chơi trò chơi này 5~6 lần. Khi bạn nói “đèn” là bé có thể chăm chú nhìn đèn.

Nhắc nhở

Để ý xem bé thích thú với loại đồ chơi gì để lựa chọn đồ chơi cho bé.

NGÀY THỨ 138

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé 2~6 tháng tuổi dần thích ứng với môi trường.

Bé rất nhạy cảm để cảm nhận được cảm xúc của người khác, bé còn học được các phản ứng vui thích, chân tay bé hoạt động, khuôn mặt rạng rỡ khi mẹ cười với bé và vỗ tay khen ngợi bé, đồng thời bé chủ động thể hiện cảm xúc vui mừng khi mẹ tiến gần bên bé.



Trò chơi ngày hôm nay: Xoay tròn

Mục đích

Tập luyện thăng bằng cơ thể cho bé.

Phương pháp

Mẹ bế bé nhảy, xoay chuyển cơ thể theo giai điệu của âm nhạc, làm cho bé xoay chuyển một góc 360 độ, đồng thời di chuyển cơ thể lên xuống. Làm cho bé cảm thấy thích thú với việc khiêu vũ và đam mê âm nhạc hơn.

NGÀY THỨ 139

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết nhìn nhận sắc mặt, bé có thể học được cách nói chuyện với người khác, bé học được kiến thức, học được sự

giao lưu tình cảm, sự giao lưu là một điều kiện quan trọng để phát triển tâm lý.

Người lớn không nên để bé lại một mình, bé sẽ cảm thấy bất an, cô đơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Mô phỏng lại âm thanh của mẹ

Mục đích

Phát triển ngôn ngữ cho bé.

Phương pháp

Có người chọn cách cho bé nghe băng đĩa để tăng cường cảm nhận về ngôn ngữ cho bé, nhưng cách làm này không hiệu quả bằng việc mẹ trò chuyện với bé. Nếu bé không được giao tiếp, trò chuyện, về sau bé không thể sử dụng được từ ngữ, không thể giao tiếp.

Trò chơi này nhằm dạy cho bé mô phỏng những âm tiết của mẹ phát ra những âm như (a, o, e).

Mẹ đối diện với mặt bé, vui vẻ phát ra các âm lặp lại như “a-a”, “u-u”, “ô-ô”, “lu-lu”, “ba-ba”, “ma-ma”..., thu hút bé chú ý tới hình miệng của mẹ, mỗi lần mẹ phát ra một âm lặp lại nên ngừng một lúc để cho bé có thời gian để mô phỏng lại. Cũng có thể bế bé tới trước gương cho bé xem hình miệng của mẹ và của bé, tập luyện động tác mô phỏng âm thanh.

NGÀY THỨ 140

Bé lớn lên và rèn luyện

Trước ba tháng tuổi, bé chỉ có thể nhìn theo trái bóng lăn trong một phạm vi nhất định. Tháng thứ tư bé cũng chỉ có thể chăm chú nhìn vào vật thể chuyển động trong phạm vi cho phép. Bé đến tháng thứ năm bắt đầu tìm kiếm những vật thể hay người biến mất đột ngột, bé có thể vươn đầu ra để quan sát nơi đã phát ra âm thanh xem có đồ chơi nào không.

Trò chơi ngày hôm nay: Đi tìm đồ vật đánh rơi

Mục đích

Học cách tìm kiếm đồ vật đột nhiên biến mất trong tầm nhìn của bé, bồi dưỡng năng lực quan sát cho bé.

Tiền đề

Sau khi bé có thể chăm chú theo dõi được một trái bóng lăn trên bàn từ đầu bàn này sang đầu bàn kia.

Phương pháp

Dùng một trái bóng đồ chơi có thể lăn được và phát ra âm thanh cho chúng lăn từ đầu bàn này sang đầu bàn kia, để cho trái bóng rơi tự nhiên xuống đất và phát ra âm thanh, xem bé có thể tìm phương hướng của âm thanh phát ra hay không.

Mẹ có thể cố tình làm rơi chiếc thìa kim loại xuống đất, để cho chúng phát ra âm thanh, quan sát xem bé có thể ngoái đầu ra đi tìm nguồn gốc của âm thanh phát ra hay không. Khi bé nhìn thấy chiếc thìa, mẹ nên khen ngợi bé “À, nó nằm ở đây, con của mẹ thật giỏi!”, như vậy bé càng mong muốn và thích thú đi tìm vật rơi xuống đất, bé bắt đầu có năng lực quan sát.

NGÀY THỨ 141

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé sợ hãi hoặc nhu cầu của bé không được thoả mãn, bé sẽ khóc, tiếng khóc có thể giúp bé giải toả sự khó chịu, vì vậy khóc có lợi cho sức khoẻ của bé.

Đừng cáu gắt, đe dọa để ngăn bé không được khóc, làm như thế sẽ khiến bé bị áp lực khiến cho tâm hồn của bé không được phát triển lành mạnh. Khi bé đang khóc, cần để cho bé khóc tự nhiên.

Trò chơi ngày hôm nay: Bịt mắt

Mục đích

Để bé hiểu được rằng những đồ vật tạm thời không nhìn thấy vẫn đang tồn tại, cần phải nghĩ cách đi tìm.

Phương pháp

Mẹ dùng khăn tay che đồ chơi, sau đó hỏi bé “Đồ chơi nằm ở đâu?” khi bé đang tìm, mẹ bất ngờ kéo khăn ra đùa cho bé cười. Sau đó, che mặt bé bằng một chiếc khăn tay, để cho bé học được cách kéo khăn xuống, mẹ vui mừng và kêu “meo”, để bé bật cười.

Chơi trò chơi này, ngoài việc khiến tâm trạng bé trở nên vui vẻ, tăng tình cảm mẹ con, bé có thể học được cách dùng khăn tay, quần áo, hay vỏ gối để che mặt. Bé học được cách phát ra âm thanh “meo”.

NGÀY THỨ 142

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn bốn tháng thích để cho người lớn bế và ngoảnh đầu đi tìm người trốn tìm. Nếu không có người bên cạnh chơi với bé, bé sẽ thấy không vui, có khi bé còn khóc. Lúc này mẹ có thể bế bé lên, hát dân ca cho bé nghe.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi với ngón tay

Mục đích

Luyện độ khéo léo cho ngón tay và phát triển năng lực ngôn ngữ.

Phương pháp

Mẹ ôm bé, hát cho bé nghe:

Ông cả vác chiếc súng săn
Ông hai săn được con sói đen
Ông ba đi quay sói làm thịt
Ông tư ăn rất ngon
Đáng thương cho ông năm
Chỉ uống được ít canh.

Mẹ sẽ hát và vuốt từng ngón tay của bé.

NGÀY THỨ 143

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé có người chơi đùa cùng, bé cười khanh khách; nếu bé không vui, bé sẽ khóc ầm lên khiến mẹ phải để ý đến bé. Bố mẹ nên thường xuyên trò chuyện với bé. Có thể cho bé nghe một bản nhạc nhẹ, giai điệu thật hay.

Trò chơi ngày hôm nay: Rung như thế nào?

Mục đích

Bồi dưỡng năng lực thưởng thức cho bé.

Phương pháp

Mua cho bé một chiếc hộp phát ra tám loại âm thanh, mẹ ôm bé vào lòng để cho bé lắng lẽ lắng nghe, lặp lại vài lần, bé sẽ biết chỉ cần mở công tắc là có thể phát ra âm thanh.

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ hãy hát cho bé nghe, giai điệu nhẹ nhàng làm cho tâm trạng của bé được thư giãn.

Trên thị trường có rất nhiều loại đồ chơi phát ra âm thanh để chúng ta có thể tham khảo, nhưng âm thanh của người mẹ thì không gì có thể sánh được.

NGÀY THỨ 144

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn 4 tháng tuổi khi được mẹ bế, thì phần đầu bé có thể vươn ra, ta có thể bế thẳng bé lên. Khi bé nằm sấp bé có thể ngoi đầu và vươn ngực lên, hai tay có thể chống đỡ được phần trên cơ thể, hai cánh tay bé linh hoạt.

Bé nắm đồ vật chắc hơn trước và có thể nắm được cả hai tay. Khi bé nắm được một tờ giấy, bé biết cuộn chúng thành một nắm, biết lắc lư mạnh đồ chơi để đồ chơi phát ra âm thanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi làm mất bóng

Mục đích

Phát triển các động tác tay cho bé.

Phương pháp

Mẹ chuẩn bị cho bé một trái bóng mà tay bé có thể cầm được, hoặc dùng giấy mềm cuộn thành trái bóng. Lúc bắt đầu bé chỉ có thể cầm trái bóng mà không biết cần phải ném như thế nào, mẹ cầm một trái bóng khác làm mẫu cho bé xem, không cướp bóng trong tay của bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ cần phải mang lại cho bé thật nhiều tình yêu. Bé rời khỏi tử cung bước ra một thế giới mới khác lạ, tình yêu và sự vuốt ve của mẹ có thể xoa dịu đi cảm giác căng thẳng cho bé.

NGÀY THỨ 145

Bé lớn lên và rèn luyện

Các ngón tay vẫn chưa thể mở ra thường xuyên, mắt điều tiết chưa được tốt, những thứ mà bé nhìn thấy được

chưa chắc bé có thể nắm được. Lúc này, cần đặt đồ chơi trước mặt bé, để bé sờ vào đồ chơi, rèn luyện năng lực điều tiết cho tay và mắt của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Giơ tay nắm đồ

Mục đích

Rèn luyện năng lực điều tiết cho tay và mắt của bé, rèn kĩ năng nắm đồ chơi treo, tập giơ tay nắm một vật.

Tiền đề

Bé có thể tóm được các đồ chơi được đặt trên mặt bàn.

Phương pháp

Dùng dây treo đồ chơi có thể phát ra âm thanh tại vị trí mà bé có thể với được để bé tập luyện các động tác điều tiết cho tay và mắt. Chú ý xem bé dùng hai tay để nắm đồ chơi hay chỉ dùng một tay liên tục.

NGÀY THỨ 146

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé ăn no, ngủ đầy đủ, tay chân vận động một cách tự do, hoặc bé cho chân vào miệng một cách thoải mái. Nếu người lớn đùa với bé, cùng bé trò chuyện, không những bé cười tùm tùm mà bé còn biết cười thành tiếng. Khi mới sinh bé chỉ biết khóc, bây giờ biết cười. Cười là một cảm xúc tích cực, có lợi cho việc phát triển lành mạnh hệ thống thần kinh, tiêu hoá, có lợi cho cả việc phát triển lành mạnh về cảm xúc.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với tay và chân

Mục đích

Tăng cường năng lực hoạt động tay.

Phương pháp

Bé thích chơi với các ngón chân của mình, bé cho cả nắm tay vào trong miệng. Thực tế, bé còn cho bất cứ thứ gì vớ được vào miệng. Bé có thể đồng thời dùng cả hai tay nắm bắt một vật thể lớn, bé còn có thể dùng lòng bàn tay nắm đồ vật. Bé có thể nắm bắt được tất cả các đồ vật có thể có được, đặc biệt thích cuộn giấy. Khi bé chơi, đưa cho bé đồ vật sau đó “đòi lại” từ tay bé, khiến cho bé thả đồ vật ra. Để bé khám phá các ngón chân, có thể cho bé chơi trò chơi đếm ngón chân.

Tập luyện năng lực cầm đồ chơi và đặt xuống, khi bé chơi, đặt một đồ vật vào trong tay bé, sau đó gỡ ngón tay của bé để lấy đồ chơi ra.

Bé biết tự mình cầm bình sữa để uống, thử cho bé học cách đưa bình sữa cho mẹ.

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ và con cần phải tăng cường giao lưu, đối thoại, để bé học được sự điều tiết cảm xúc và sự tiếp xúc với con người.

NGÀY THỨ 147

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể nhìn rõ được đồ vật và có thể nhớ được chúng, bé biết chuyển sự chú ý sang hướng của âm thanh phát ra. Đây là thời điểm bé học cách sử dụng tay và ngón tay. Tay bé có thể nắm bắt được đồ vật một cách chủ động, bé có thể dùng tay vỗ đồ vật, nắm bắt và rung đồ vật hoặc dùng tay cho những đồ vật vào miệng, còn biết dùng tay nhặt những đồ vật rất nhỏ.

Trò chơi ngày hôm nay: Mang đến mang đi

Mục đích

Bồi dưỡng năng lực hoạt động của đôi tay cho bé.

Phương pháp

Mẹ và bé cùng ngồi trên giường, mẹ đưa cho bé một đồ chơi xếp hình, khi bé cầm được rồi, lại đưa cho bé một cái nữa. Bé chuyển đồ chơi sang tay kia rồi cầm đồ chơi mới.

NGÀY THỨ 148

Bé lớn lên và rèn luyện

Đối với các bé vẫn chưa biết đi, thì cái giường rộng và có đệm êm chính là sân chơi lý tưởng của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Lăn xuống

Mục đích

Rèn luyện năng lực quan sát và động tác tay cho bé.

Phương pháp

Mẹ nâng một đầu của chiếc gối cao lên tạo thành một mặt nghiêng, đặt một quả bóng ở đầu cao cho quả bóng lăn xuống, mẹ với tay nhặt các đồ chơi vừa lăn xuống.

NGÀY THỨ 149

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé ba tháng tuổi, ai bế bé cũng hài lòng. Bé được 5~6 tháng tuổi, cho dù là người từng bế bé, từng gần gũi với bé mà không thường xuyên ở bên bé thì bé cũng sẽ chỉ coi người đó như người lạ, sẽ từ chối không cho gần gũi bé, hoặc bé sẽ khóc khi nhìn thấy người đó. Chỉ có những người thường xuyên ở bên cạnh bé thì bé mới có thể coi là người thân để tin cậy.

Lời khuyên của chuyên gia

Hãy giao lưu với bé một cách nhiệt tình, cố gắng phát triển năng lực phản ứng mang tính xã hội cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm bạn

Mục đích

Phát triển năng lực giao lưu cho bé.

Phương pháp

Bé bé đi chơi công viên, để cho bé ngắm nhìn mọi người hoạt động, vui chơi. Trước tiên mẹ cho bé quan sát từ xa, dần dần tiến tới gần. Nếu bé cười với bạn nhỏ nào, có nghĩa là bé rất thích bạn nhỏ đó và muốn cùng chơi với bé đó, lúc đó ta nên cho bé nắm tay bạn nhỏ đó.

Nếu bé thể hiện sự sợ hãi, ta không nên miễn cưỡng bé, chỉ nên cho bé nhìn và thích nghi dần dần, cho tới khi bé tỏ ra dạn hơn, thân thiện hơn thì cho bé tiếp xúc với người khác để làm quen.

NGÀY THỨ 150

Bé lớn lên và rèn luyện

Năng lực điều tiết của mắt và tay của bé tăng mạnh, không những bé có thể quan sát được các sự vật xung quanh mình, mà còn biết dùng tay nắm đồ vật lên khi bé nhìn thấy, bé còn có thể đảo đồ vật từ tay này sang tay khác. Sự điều tiết của tay và mắt làm cho bé cảm nhận được đặc trưng của vật thể trong quá trình chơi đùa với vật thể, từ đó, bé có thể học được rất nhiều thứ.

Lời khuyên của chuyên gia

Có những người lớn thích trêu đùa bé, không để bé yên, khiến bé phát cáu hay tức giận, khóc lóc, làm như thế rất có hại cho bé.

Không tung bé lên rồi hạ xuống bởi cách chơi này sẽ gây nên hậu quả nghiêm trọng.

Đừng cố nắm giữ chân bắt bé đứng thẳng khi bé chưa sẵn sàng, như vậy không an toàn vì cơ thể của bé còn rất yếu, chân bé vẫn chưa thể đỡ được cơ thể, hoặc bé ngã, người lớn không kịp đỡ, rất nguy hiểm.

Không đùa khi bé đang ăn hay đang uống, bé có thể bị nghẹn hoặc sặc, rất nguy hiểm.

Nếu bố mẹ đi làm về muộn, đừng cố đánh thức bé dậy hay chơi đùa với bé, thực ra lúc này là lúc bé cần phải đi ngủ, nếu đùa với bé lúc này, bé có thể giật mình trong giấc ngủ.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm cuộn giấy

Mục đích

Rèn luyện năng lực điều tiết cho tay và mắt của bé.

Phương pháp

Cuộn tròn tờ giấy thành quả bóng. Buộc dây vào đầu quả bóng giấy đó. Cho bóng lăn, sau đó mẹ kéo dây thu quả bóng về. Sau khi mẹ làm mẫu, hãy tập cho bé chơi.

Đánh giá tình hình phát triển của bé năm tháng tuổi

- ❖ **Các động tác lớn:** Hai tay mẹ đỡ lấy nách của bé, bé có thể đứng được hai phút trở lên, hầu hết các bé có thể chuyển hướng từ tư thế nằm ngửa sang tư thế nằm sấp; bé có thể tựa vào chiếc đệm và ngồi trong một thời gian nhất định, bé có thể ngồi thẳng lưng.
- ❖ **Các động tác chi tiết:** Khi bé nằm ngửa, bé có thể vươn người tóm đồ vật được treo trong tầm tay với, có thể cầm hai đồ chơi xếp hình trong hai tay, có thể cầm đồ vật cho lên miệng.
- ❖ **Năng lực nhận thức:** Khi đồ chơi rơi xuống đất, bé có phản xạ cúi đầu tìm.
- ❖ **Cảm xúc và hành vi xã giao:** Bé nhận ra mẹ, những người thân, và có thể trò chuyện.
- ❖ **Ngôn ngữ:** Bé biết phát ra 1~2 phụ âm, có thể lặp lại được âm tiết của người lớn phát ra.

THÁNG THỨ 6

- Bé cần tăng cường các bài tập thể dục, vận động nhiều.
- Đưa bé đi tắm nắng, tăng cường hoạt động ngoài trời.
- Cần phải chăm sóc và bảo vệ giấc ngủ của bé.
- Cần tập luyện cho bé bài tập lật người và lăn.
- Mẹ gọi tên của bé nhiều lần, làm cho bé có phản ứng đối với cái tên của mình, để bé quen thuộc và nhớ được tên của mình.
- Khi bé đã nhận ra mẹ, mẹ nên thường xuyên bên cạnh bé, trò chuyện với bé nhiều, chơi trò chơi, vuốt ve làn da của bé, đáp ứng nhu cầu tình cảm cho bé.
- Bế bé ra ngoài, để bé tiếp xúc với nhiều người, giảm đi cảm giác sợ hãi khi gặp người lạ.
- Cho bé soi gương, giúp bé nhận ra mình trong gương, phát triển ý thức cá nhân của bé.

NGÀY THỨ 151

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi có tiếng động, bé có thể bị đánh thức. Biết tìm về hướng có tiếng nói của mẹ. Có thể chuyển người từ tư thế nằm ngửa sang tư thế nằm sấp.

Trò chơi ngày hôm nay: Đồ chơi đi đi lại lại

Mục đích

Rèn luyện năng lực quan sát và sự chú ý cho bé.

Phương pháp

Sắm cho bé đồ chơi có thể di chuyển qua lại trên nền đất, bé sẽ cảm thấy rất vui.

Lời khuyên của chuyên gia

Chúng ta không phải nhất thiết tiến hành bài tập thể dục cho bé một cách chính thống, chỉ cần vận động chân tay cho bé, khiến bé cảm thấy thư giãn thoải mái, hoặc có thể massage cho bé, vừa làm vừa trò chuyện vui vẻ.

NGÀY THỨ 152

Bé lớn lên và rèn luyện

Tốc độ tăng cân giảm đi, mỗi ngày bé tăng khoảng 20~26gam, cân nặng trung bình đối với các bé trai năm tháng tuổi là 7,97 kg, còn đối với các bé gái là 7,35 kg. Có những bé hơi béo, và cũng có những bé gầy một chút, chúng ta cũng không nên chỉ vì con mình gầy hơn con nhà người khác mà ra sức cho bé ăn thật nhiều. Bé biết xé giấy, bé có thể dùng ngón tay trỏ và tay cái nắm đồ vật, bé thích vứt những thứ mình đã cầm được trong tay.

Trò chơi ngày hôm nay: Nắm đồ chơi

Mục đích

Rèn luyện tính linh hoạt cho ngón tay của bé.

Chuẩn bị

Trái bóng (bằng nhựa hay bằng gỗ), một đồ chơi xếp hình.

Phương pháp

Trước tiên cho bé nằm sấp, đặt một trái bóng lớn nhất trước mặt bé, xem xét xem bé làm gì với đồ chơi này. Sau khi bé chơi đùa được với đồ chơi này, ta lại đặt một trái bóng nhỏ, sau đó đặt tất cả bóng có kích cỡ to nhỏ khác nhau trước mặt bé, để cho bé chơi tự do. Trò chơi tiến hành trong khoảng năm phút là thích hợp. Chú ý không làm phân tán sự chú ý của bé. Cách 3~4 ngày ta lại tiến hành trò chơi này một lần.

Nhắc nhở

Không cho bé chơi đồ chơi quá bé, để tránh bé có thể nuốt hay nhét vào lỗ mũi, lỗ tai.

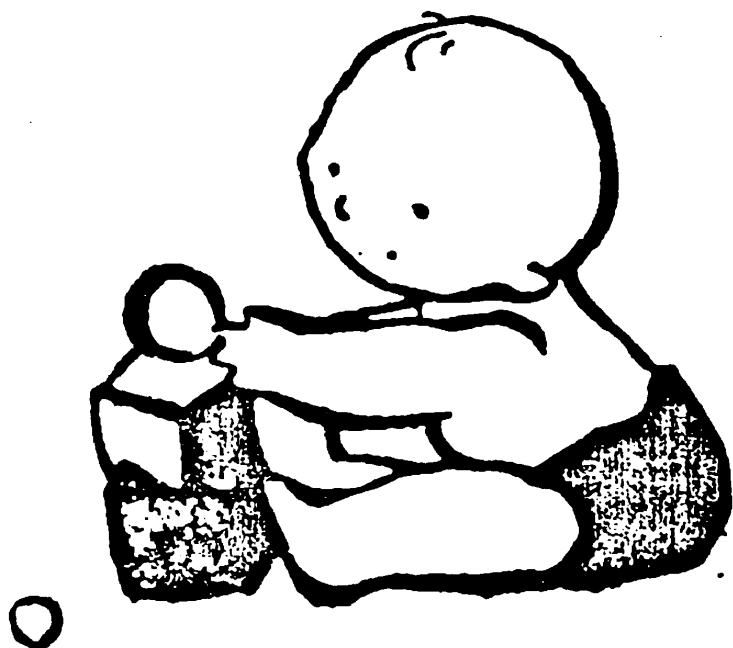
Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Mỗi ngày nên cho bé ngồi trên tấm thảm chơi tự do một lúc.
- ❖ Cần có sự đánh giá đối với những “việc làm” của bé: được, tốt, không tốt, không được... nhưng không được phớt lờ.
- ❖ Cùng bé chơi trò chơi.
- ❖ Bé cần vài đồ chơi cứng chắc.
- ❖ Khi chăm sóc bé, mẹ nên chuyện trò với bé việc mẹ đang làm để bé có vốn từ.
- ❖ Cần thay đổi môi trường hoạt động của bé, không nên chỉ chơi trên giường, bé cần được ra ngoài để thay đổi không khí.

NGÀY THỨ 153

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sau sáu tháng tuổi dần dần có thể dùng một lúc hai tay để nắm đồ vật. Khi bé biết ngồi, mắt và tay điều tiết tốt hơn, đồng thời, ngón tay cái có thể hoạt động được cùng với bốn ngón kia. Dần dần, tay chân bé trở nên linh hoạt hơn.



Trò chơi ngày hôm nay: Xếp hình

Mục đích

Rèn luyện động tác tinh tế cho tay của bé.

Phương pháp

Đưa cho bé một bộ đồ chơi xếp hình, dạy bé cách xếp, xem bé có thể xếp được cao bao nhiêu.

NGÀY THỨ 154

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé được 5 tháng tuổi, sự phát triển về chiều cao tương đối nhanh, chiều cao trung bình đối với các bé trai khoảng 66,76cm, còn đối với các bé gái khoảng 65,90cm. Bé phát triển rất nhanh, nhưng bé vẫn chưa thể đứng và đi được.

Trò chơi ngày hôm nay: Đá bóng

Mục đích

Phát triển năng lực điều tiết mắt và tay, thúc đẩy các cơ

bắp phát triển, tập luyện kĩ xảo động tác cho chân và tay của bé.

Phương pháp

Treo đồ chơi trong tầm tay của bé, để cho bé nắm chặt đồ chơi một lúc, rồi thả ra. Sau đó, mỗi tay bé cầm một trái bóng, nâng hai chân bé lên để đá đồ chơi (nên chọn đồ chơi có thể phát ra âm thanh). Mỗi lần bé đá đồ chơi đều phát ra âm thanh, bé sẽ rất vui. Khi đồ chơi dùng đưa trên dây treo, kích thích cho bé giơ tay ra tóm đồ chơi.

Khi mới bắt đầu bé không thể đá chính xác được. Sau nhiều lần thực hiện, bé có thể đá đồ chơi một cách chính xác. Tốt nhất nên thay đồ chơi mỗi tuần. Đồ chơi mới mẻ sẽ thu hút bé, giúp bé phát triển năng lực hoạt động của chân, tay, đùi, mắt. Khi bé đá trúng mục tiêu, mẹ hãy khen ngợi và cổ vũ bé.

NGÀY THỨ 155

Bé lớn lên và rèn luyện

Trung bình chu vi não của bé trai là khoảng 43,40cm, còn đối với các bé gái thì vào khoảng 42,05cm. Bé được hơn 5 tháng tuổi, có thể nói chuyện với mẹ được. Khi bé ở một mình thì bé có thể thét to ra âm thanh như “ma, da, ba”...

Trò chuyện giữa mẹ và bé có thể tăng thêm hứng thú phát âm của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi tắm rửa

Mục đích

Tăng cường quan hệ mẹ con, thúc đẩy sự phát triển ngôn ngữ cho bé.

Phương pháp

Sau khi bé tắm xong, ta dùng khăn nhẹ nhàng lau khô

người của bé, vừa nắm tay bé, mặc quần áo cho bé, vừa cùng bé trò chuyện, để bé cảm nhận được sự tiếp xúc da thịt ấm áp giữa mẹ và con.

NGÀY THỨ 156

Bé lớn lên và rèn luyện

Chiều cao khi ngồi trung bình đối với các bé trai khoảng 43,57cm, còn đối với các bé gái khoảng 42,30cm.

Tập luyện các tư thế lật người, nằm ngửa, nằm sấp cho bé, đây là bước đầu để bé học bò, là một quá trình quan trọng trong việc phát triển các động tác của bé.

Lật người có thể thúc đẩy sự phát triển các cơ của vùng chân, tay, cổ, đầu cho bé, tập luyện khả năng giữ thăng bằng cho bé. Bé nằm sấp có thể thay đổi tầm nhìn, mở rộng tầm nhìn cho bé, thúc đẩy sự phát triển não của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm đồ chơi

Mục đích

Rèn luyện các động tác cho bé.

Phương pháp

Đặt bé lên trên tấm thảm, cho bé nằm nghiêng, đặt các loại đồ chơi khắp nơi, bé sẽ đi tìm đồ chơi mà bé thích, bé không ngừng chuyển động, có lợi cho việc rèn luyện cho bé khả năng lật người và bò.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Đồ chơi phải thường xuyên giặt rửa sạch, đảm bảo vệ sinh.
- ❖ Không cho các đồ chơi bằng gỗ có sơn dầu.
- ❖ Không nên cho bé chơi các đồ chơi có cạnh nhọn sắc.

- ❖ Đồ chơi nên phong phú về chất liệu
- ❖ Không nên cho bé cầm những đồ chơi có đường kính dưới 2cm, để tránh bé nhét vào miệng, vào tai hay vào mũi, rất nguy hiểm.

NGÀY THỨ 157

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé phát ra âm thanh ê, a, ê, a, mẹ hãy cùng bé nhắc lại những âm này, để cho bé quan sát hình miệng khi mẹ phát âm.

Trò chơi ngày hôm nay: Năm người bạn nhỏ

Mục đích

Phát triển năng lực ngôn ngữ của bé.

Phương pháp

Dùng giấy làm thành các con rối, tô màu cho sinh động rồi đeo vào năm đầu ngón tay. Vừa làm các động tác minh họa vừa kể chuyện cho bé nghe.



NGÀY THỨ 158

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé 5 tháng tuổi có thể phát ra một vài nguyên âm và phụ âm đơn giản như “ma”, “ha”, “da”... Bé có thể phản ứng

khi người xung quanh trò chuyện với bé. Khi bé nghe thấy âm thanh bé sẽ đi tìm nơi phát ra âm thanh đó. Khi bố mẹ cùng bé trò chuyện bé sẽ rất vui, phát ra âm thanh rất to.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát cho bé nghe

Mục đích

Phát triển ngôn ngữ và thị lực cho bé.

Phương pháp

Khi mẹ và bé cùng chơi trò chơi, cầm một con thỏ bằng vải nhung và nói với bé “Bé xem này, đây là con thỏ mà bé thích nhất đấy, bé âu yếm em thỏ đi nào!”. Mẹ hát cho con nghe bài hát về thỏ con như sau:

*Con thỏ trắng, trắng vừa trắng,
Thích ăn cà rốt thích ăn rau,
Chú nháy nhót thật đáng yêu.*

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ cần phải chú ý bồi dưỡng cho bé thói quen sinh hoạt lành mạnh. Bữa ăn, giấc ngủ, thời gian chơi đùa cũng phải được điều chỉnh thích hợp. Các bé có nếp sinh hoạt có quy luật sẽ phát triển rất tốt, khoẻ mạnh, tâm trạng luôn vui vẻ thoải mái, không hay đau ốm, ít khóc nhè và quấy nhiễu người lớn. Như thế, mẹ có thể tiết kiệm được rất nhiều sức lực và thời gian để đi làm những công việc khác trong gia đình.

NGÀY THỨ 159

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé phát triển rất nhanh, năng lực vận động tay chân của bé cũng tăng lên. Bé thích giơ tay tóm lấy những đồ vật trước mắt, đồng thời bé có thể nắm đồ vật bằng hai tay.

Trò chơi ngày hôm nay: Đi ra bên ngoài

Mục đích

Tắm nắng.

Phương pháp

Đưa bé ra môi trường bên ngoài. Đảm bảo cho bé chơi trong môi trường vệ sinh, an toàn, thoáng mát. Đối với các bé đang học ngồi và học bò, có thể lót một miếng đệm nhựa hay chiếc khăn lên trên nền cỏ, cho bé thoải mái hoạt động trên đó, hoặc cùng mẹ chơi trò chơi đá bóng, bò... cho bé tiếp xúc với không khí và ánh sáng.

Khi bé lớn lên một chút, bế bé tới sân chơi trẻ em cho bé leo cầu thang, ngồi xe cút kít, đánh đu..., bé sẽ hoạt bát hơn, năng động hơn.

Tránh cho bé chơi đùa ở những con đường có xe cộ qua lại hay những nơi đông đúc vì không tốt cho sức khỏe của bé.

NGÀY THỨ 160

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé không những có thể nhìn thấy được các vật thể xung quanh mình, mà còn có thể nắm bắt những vật bé nhìn thấy vào trong tay của mình một cách chính xác. Sau khi bé nắm được đồ vật vào trong tay, bé còn biết lật lên lật xuống đồ chơi và quan sát chúng một cách tỉ mỉ, chuyển đồ vật từ tay này sang tay kia.

Bé được sáu tháng tuổi có khả năng nhìn được những vật thể ở xa: toà nhà cao tầng ở phía xa, xe ô tô trên phố..., bé có thể quan sát một cách tỉ mỉ vật thể ở gần mình.

Ánh mắt bé có thể di chuyển theo vật thể đang rơi xuống, bé thích những gam màu tươi mới, sáng, đặc biệt là màu hồng.

Trò chơi ngày hôm nay: Tay với bóng bay

Mục đích

Tập cho bé đứng thẳng. Rèn luyện cho đôi tay bé khéo léo, nâng cao khả năng thị giác, rèn luyện về màu sắc cho bé.

Phương pháp

Treo hai quả bóng bay có màu sắc khác nhau, ví dụ màu xanh và màu hồng ở độ cao khiến bé phải duỗi tay và đứng lên mới có thể tóm được bóng. Mẹ có thể giúp bé bằng cách nâng bé đứng lên, mẹ duỗi tay với lấy bóng, rồi để cho bé mô phỏng động tác của mẹ. Khi tay bé chạm vào quả bóng màu hồng thì mẹ có thể bảo cho bé biết rằng “Đây là quả bóng màu hồng”. Khi tay bé chạm vào quả màu xanh thì mẹ có thể bảo cho bé biết rằng “Đây là quả bóng màu xanh”. Nếu bé không biết vươn tay ra với bóng, mẹ có thể bế bé lên, để cho hai tay bé chạm vào bóng. Sau đó lại để cho bé đứng vươn tay đi với lấy bóng.

NGÀY THỨ 161

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết phân biệt giữa người lớn và trẻ con. Biết mô phỏng nét mặt của người lớn, biết người khác gọi tên của mình.

Chúng ta có thể áp dụng các phương pháp sau đây để kiểm tra thị lực của bé:

Để cho bé nghe các âm thanh trong nhiều tình huống. Để bé mô phỏng lại âm thanh đã nghe, dần dần học được cách vận dụng ngôn ngữ. Đối với các bé được sáu tháng tuổi trở lên, nếu có thể phát ra được các âm thanh như “ê ê a a”, điều này chứng minh rằng năng lực thính lực của bé bình thường. Tuy nhiên, cần quan sát bé một cách kĩ lưỡng và kịp thời điều chỉnh khi có dấu hiệu không bình thường.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe xem bên trong là cái gì?

Mục đích

Kiểm tra thị lực của bé.

Phương pháp

Chuẩn bị hai chiếc hộp rỗng, đặt đồ chơi vào trong đó, cầm tới bên cạnh bé và rung lên, chiếc hộp đó sẽ phát ra âm thanh "coong, coong", kích thích sự hiếu kì của bé. Nếu lúc này tay bé vươn ra muốn túm chiếc hộp này, thì đưa cả chiếc hộp cho bé. Khi bé lật nắp ra và thấy đồ vật trong hộp, mẹ có thể vui vẻ nói với bé "Bên trong có đồ chơi đấy!", đồng thời, mang đồ chơi ra đưa cho bé. Tiếp đến, có thể thử để cho bé cầm đồ chơi đó đặt vào trong hộp.

Lời khuyên của chuyên gia

Trẻ sơ sinh nếu thiếu đi sự chăm sóc của bố mẹ thì khó có thể phát triển tốt được. Vì vậy, cha mẹ hãy dành cho con sự chăm sóc dạy dỗ ân cần nhất.

NGÀY THỨ 162

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé qua 6 tháng tuổi có thể nhận biết được người quen người lạ. Bé không thích người lạ bế bé, cũng không thích môi trường lạ. Bé sợ hãi khi người lạ dọa dẫm bé. Nếu đưa bé ra ngoài gặp người lạ vào buổi tối, có thể bé khó ngủ, căng thẳng.

Trò chơi ngày hôm nay: Giới thiệu mọi người

Mục đích

Tiếp xúc với người lạ.



Phương pháp

Mẹ nên tạo điều kiện cho bé tiếp xúc với người lạ nhiều hơn, chẳng hạn mẹ ôm bé trong khi trò chuyện với người khác, đồng thời giới thiệu cho bé là mình đang nói chuyện với ai.

Có thể cho hàng xóm hay bạn bè chơi đùa với bé, để cho họ bế bé, khiến cho bé từng bước tập được thói quen không sợ người lạ. Để cho bé tiếp xúc sớm với các bạn nhỏ, điều này rất có lợi cho bé.

NGÀY THỨ 163

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé hơn năm tháng tuổi không cảm thấy nhàm chán khi lặp lại một động tác nào đó. Bé thường cố ý làm rơi đồ vật trong tay xuống đất và nhặt lên rồi lại vứt xuống đất, liên tục như vậy. Bé cũng thường kéo một vật thể đến bên cạnh mình, đẩy đi đẩy lại, lặp lại nhiều lần. Đây là năng lực thể hiện chính mình của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với nước

Mục đích

Rèn luyện cơ bắp cho bé.

Phương pháp

Cho bé ngồi vào trong bồn tắm, cho nước ấm vào bồn, thả một vài đồ chơi vào đó cho đồ chơi nổi trên mặt nước, để cho bé chơi với nước ấm, nắm đồ chơi và ném đi.

Lời khuyên của chuyên gia

Không phải lo việc lặp lại hay chơi mãi một trò chơi, chỉ cần bé không cảm thấy nhàm chán là được.

NGÀY THỨ 164

Bé lớn lên và rèn luyện

Xương của bé sơ sinh yếu nên dễ biến dạng; đồng thời sức mạnh của cơ bắp không đủ, nên không thể chịu được việc vận động quá mạnh. Nếu cho bé học ngồi quá sớm, có thể ảnh hưởng tới sự phát triển cột sống của bé, gây ra dị dạng. Nếu cho bé học đi quá sớm, xương chân bị biến dạng... Các chuyên gia khuyên rằng: không nên nôn nóng đốt cháy giai đoạn trong quá trình phát triển của bé, làm như thế không những không có lợi cho bé mà còn có hại.

Trò chơi ngày hôm nay: Bóng chạy rồi!

Mục đích

Tập cho bé nằm sấp.

Phương pháp

Để bé nằm sấp, mẹ đặt một trái bóng có thể phát ra âm thanh vào trong tay của bé, bé sẽ vươn tay ra tiếp xúc bóng, bóng lăn và bé sẽ cố đuổi theo bóng.

NGÀY THỨ 165

Bé lớn lên và rèn luyện

Đa số các bé vẫn chưa thể dùng các ngón tay nắm đồ vật, chỉ có thể dùng lòng bàn tay và các ngón tay cùng nắm, tất nhiên, sự phát triển tay của bé vẫn có sự chênh lệch.

Trò chơi ngày hôm nay: Thả bóng

Mục đích

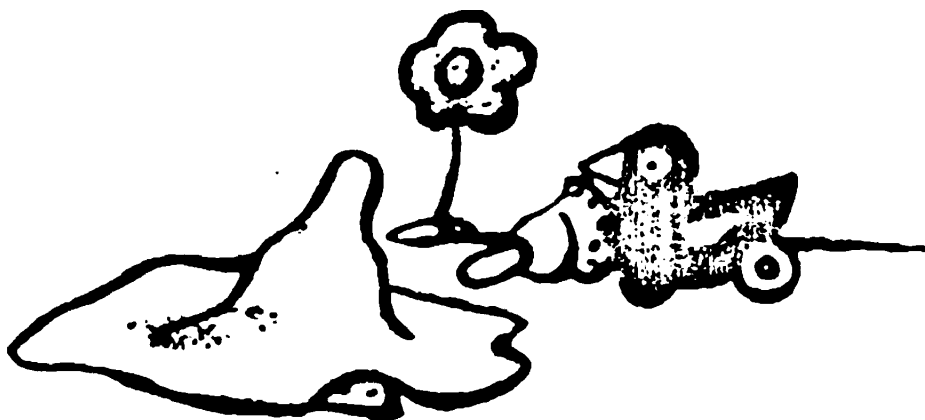
Rèn luyện sự khéo léo của các ngón tay cho bé.

Phương pháp

Đưa cho bé vài trái bóng có kích cỡ thích hợp và hai cái hộp, để cho bé thử bỏ trái bóng này vào trong chiếc hộp.

NGÀY THỨ 166

Bé lớn lên và rèn luyện



Nếu để bé nằm ngửa trên giường, bé có thể tự do thay đổi tư thế sang nằm sấp, khi bé ngồi, lưng bé có thể duỗi rất

thẳng. Khi mẹ đỡ bé đứng dậy, bé có thể đứng thẳng. Bé đang nằm sấp bé trên giường thì rất muốn bò về phía trước, nhưng do vùng bụng vẫn không thể nâng cao lên được, vì thế, khả năng bò của bé bị cản trở.

Trò chơi ngày hôm nay: Gấu con đi đâu rồi?

Mục đích

Cho bé chơi, tạo cảm giác vui vẻ.

Phương pháp

Để bé ngồi trên tấm thảm, dùng khăn tay che đồ chơi bên cạnh chỗ của bé, hỏi bé: "Gấu nhỏ đi đâu rồi nhỉ?", rồi mẹ giả vờ đi tìm, sau đó lật chiếc khăn ra và nói: "Chà chà, nó ở đây này".

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Chú ý không cho bé chơi đồ chơi có kích thước nhỏ bởi bé thường có thói quen nhét đồ vật nhỏ vào trong tai.
- ❖ Nếu bé bị côn trùng bò vào tai, hãy để bé nghiêng đầu sang một bên, rọi ánh sáng vào để như côn trùng bò ra hoặc cho bé tới gặp bác sĩ tai mũi họng để bắt con côn trùng chui ra.

- ❖ Nếu bé nhét hạt đậu hay cuộn giấy vào lỗ mũi, hướng dẫn bé hỉ mũi ra hoặc cho bé đến gặp bác sĩ.

NGÀY THỨ 167

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được 20~24 tuần có thể nhìn thấy rõ chi tiết nhỏ trên khuôn mặt mẹ, thậm chí bé có thể phân biệt được những biểu cảm trên khuôn mặt mẹ như: sợ hãi, vui vẻ, buồn rầu..., từ đó bé bắt chước cách biểu lộ tình cảm trên khuôn mặt.

Khi bé được hai mươi tuần tuổi, bé sẽ chăm chú nhìn các động tác của ngón tay mình.

Các bé được hai mươi tư tuần tuổi, có thể điều chỉnh được tư thế để thuận tiện cho việc quan sát. Nếu bé không có những biểu hiện như thế này, nên gặp bác sĩ để kiểm tra.

Trò chơi ngày hôm nay: Đếm hạt trên châu

Mục đích

Tập luyện các động tác tinh tế cho ngón tay của bé.

Phương pháp

Mua cho bé đồ chơi đếm như những hạt trên châu, dạy cho bé cách dùng tay đếm những hạt trên châu này.

NGÀY THỨ 168

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn năm tháng tuổi có thể phân biệt được âm thanh của người thân, có thể nhận ra được khuôn mặt của mẹ, và có thể phân biệt được người lạ và người thân. Bé không để cho người lạ bế, và tránh xa người lạ.

Bé sáu tháng tuổi tầm nhìn có thể phóng theo vật thể chuyển động trong gương.

Trò chơi ngày hôm nay: Ngắm mình trong gương

Mục đích

Tăng cường ý thức cá nhân của bé.

Phương pháp

Để bé hiểu rằng người trong gương chính là bé, mẹ có thể kéo tay của bé sờ vào trong gương, và vừa nói với bé: “Ý, chẳng có gì cả, đây là chiếc gương soi”. Ta chơi trò chơi giấu mặt mèo cùng bé hay kéo tay của bé, dùng đưa chân bé, như thế có thể tăng cường ý thức cá nhân của bé.

NGÀY THỨ 169

Bé lớn lên và rèn luyện

Động tác của bé trở ngày càng chính xác, bé có thể chuyển một vật từ tay này sang tay kia, và có thể đặt vật này xuống, sau đó lại nhặt một vật khác lên. Bé biết dùng tay cầm thức ăn cho vào miệng.

Trò chơi ngày hôm nay: Ném vào trong

Mục đích

Tập luyện động tác tinh tế cho các ngón tay.

Phương pháp

Đưa cho bé một vài đồ chơi nho nhỏ, đưa tiếp cho bé một cái hộp giấy rỗng, khoét một cái lỗ nhỏ lên trên chiếc hộp, để cho bé thả đồ vật vào trong chiếc hộp qua cái lỗ đó.

NGÀY THỨ 170

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể phân biệt được các loại mùi vị một cách tinh tế, chính xác, biểu thị sự yêu ghét rõ ràng, bé có thể theo dõi được những vật thể nằm ở khá xa...

Trò chơi ngày hôm nay:
Ngắm nhìn khuôn mặt của mẹ



Mục đích

Phát triển khả năng thể hiện tình cảm.

Phương pháp

Mẹ bế bé trong lòng, thể hiện các sắc thái tình cảm trên gương mặt.

NGÀY THỨ 171

Bé lớn lên và rèn luyện

Vận động cơ thể cho bé có những lợi ích sau:

- ❖ Các động tác tay chân có thể kích thích não phát triển, khiến bé trở nên thông minh.
- ❖ Vận động là con đường giải phóng áp lực và điều tiết xúc cảm tâm lý cho bé, có lợi cho việc hình thành đặc trưng tính cách tích cực đúng hướng cho bé.
- ❖ Vận động chân tay giúp cho việc học tập và tích trữ tri thức cho bé, thông thường, nhận thức của những bé trước bảy tháng tuổi đều đến từ cảm giác, là cảm thụ đến từ sự vật bên ngoài.

- ❖ Các hoạt động như đứng, bò, ngồi... là cơ sở kĩ năng cho các loại động tác mà bé sẽ học về sau, những trò chơi này có tác dụng thúc đẩy rất tốt cho sự phát triển trí tuệ của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Lấy

Mục đích

Rèn luyện các động tác lấy cho bé.

Phương pháp

Nếu bé vẫn không thể lấy một cách dễ dàng, thì cần phải được tập luyện.

Đặt bé nằm trên giường hoặc trên đệm, chơi đùa với bé bằng những đồ chơi mới ngộ nghĩnh. Khi bé có ý muốn cầm đồ chơi, di chuyển đồ chơi nghiêng sang trái hoặc sang phải, khi đó đầu của bé cũng sẽ nghiêng theo, đồng thời phần thân trước bé xoay theo hướng đồ chơi, và cuối cùng là phần thân sau, như vậy toàn thân bé sẽ được trở đi trở lại.

Ban đầu, mẹ có thể giúp bé một tay, nhưng chủ yếu vẫn là khích lệ bé tự lấy. Khi bé đã lấy được rồi, cần phải khen thưởng bé bằng cách ôm hôn bé, sau đó đặt bé lại vị trí cũ, để bé tập lấy lại lần nữa.

Khi bé đã biết lấy, tư thế nằm của bé được thay đổi, lúc bé nằm sấp, lúc lại nằm ngửa, bé sẽ mở rộng được tầm nhìn của và bắt đầu một giai đoạn mới nhận biết thế giới.

NGÀY THỨ 172

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé học cách nhận biết đồ vật, bắt đầu học nhận biết dạng đồ vật thứ nhất mất 15-20 ngày, học nhận biết dạng đồ vật thứ hai mất 12-16 ngày, sau đó bé sẽ học càng ngày càng

nhANH hơn. Cần chú ý là không được quá vội vàng, phải dạy bé từng dạng từng dạng một, và còn cần phải dạy bé theo sở thích. Như vậy, hai tháng rưỡi, bé sẽ học được cách nhận biết một đồ vật, ba tháng sẽ nhận biết được hai đến ba đồ vật.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhận biết đồ vật thực

Mục đích

Nhận biết vật và học nói.

Phương pháp

Bé bé đặt đứng trước một đồ vật, để bé quan sát và sờ. Nói với bé đó là đồ vật gì. Ví dụ như nói rằng đây là ti vi, đây là cái bàn, đây là cái cửa...

NGÀY THỨ 173

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn năm tháng, thời gian ngủ giảm đi, thời gian chơi sẽ nhiều hơn. Nếu người lớn dùng hai tay đỡ dưới nách bé, bé sẽ có thể đứng thẳng được. Nếu bé vẫn không thể lấy, cần phải tập luyện nhiều hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Lấy ngược lại

Mục đích

Luyện tập lấy.

Phương pháp

Đặt bé nằm ngửa trên trên giường hoặc trên thảm, hoặc trên chiếu được trải ngoài trời. Mẹ dùng một món đồ chơi mới, vui đùa và thu hút sự chú ý của bé, để bé giơ tay ra bắt. Sau đó đặt đồ chơi sang bên cạnh bé, và nói: "Con nhìn nó chạy kia, con chạy đến bên đó đi." Ánh mắt bé sẽ chăm chú

nhìn đồ chơi, đầu bé cũng sẽ xoay theo, và bé sẽ hơi nhấc tay lên bắt lấy đồ chơi, nếu bắt không được bé sẽ cố gắng, mẹ cũng có thể giúp nghiêng người bé để bé cố gắng hơn nữa chuyển tư thế sang nằm sấp.

Lúc đầu, bé cần được mẹ giúp đỡ một chút, dần dần bé sẽ tự lật tốt hơn. Khi bé lật được người, mẹ hãy ôm, hôn và khen ngợi bé: "Con thật giỏi!". Bé sẽ cảm thấy mình làm được một việc khiến mẹ vui lòng, và bé cũng sẽ phát ra những thanh âm bộc lộ sự vui sướng. Khi chơi trò chơi này, có thể đặt đồ chơi ở bên trái hoặc bên phải bé, khiến bé có thể tập lấy về cả hai bên.

NGÀY THỨ 174

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể dùng tay để bắt những đồ chơi được treo, bé sẽ dùng cả hai tay cầm một món đồ chơi. Nếu mẹ gọi tên bé, bé sẽ nhìn mẹ và cười. Khi bé nằm ngửa, hai chân sẽ không ngừng hoạt động. Bé thích cùng với mọi người chơi trò bịt mắt bắt dê, lắc lư, bé còn thích xem ti vi, soi gương, và cười với hình ảnh trong gương. Bé còn dùng các đồ vật để gõ. Cuộc sống của bé phong phú lên rất nhiều rồi.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm đồ chơi

Mục đích

Rèn luyện sự giải thích.

Phương pháp

Đặt bé trong một chiếc giường nhỏ, mẹ giấu một món đồ chơi, ví dụ như giấu dưới gối, giấu trong chăn, sau đó để bé tìm ra. Cũng có thể giấu đồng thời hai, ba món đồ chơi, để bé tìm ra.

NGÀY THỨ 175

Bé lớn lên và rèn luyện

Sáu tháng bé sẽ ngồi được. Khi đưa bé ra ngoài đi dạo, mẹ cần phải chú ý chọn những con đường bằng phẳng, sạch và mát để đi, khi mua xe đẩy cần chọn loại xe có bánh to một chút, ghế cao một chút vì dùng loại xe ghế rất thấp, trẻ quá gần với mặt đất, rất không vệ sinh.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi ngoài trời

Mục đích

Học cách quan sát.

Phương pháp

Nếu thời tiết đẹp, bế bé ra bên ngoài, để bé quan sát những người bạn nhỏ chơi đùa, điều này đối với bé mà nói vừa là trò chơi vừa là học hỏi.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi tắm nắng, cần để lộ da của trẻ ra ánh nắng càng nhiều càng tốt. Tắm nắng qua các tấm kính cửa sổ sẽ không có tác dụng. Vào những ngày hè nóng nực, không được để trẻ hấp thu ánh sáng mặt trời chiếu trực tiếp, ánh sáng mặt trời rất mạnh chiếu rọi trực tiếp sẽ có hại đối với con người, có thể lựa chọn thời điểm vào buổi sáng khoảng 9-10 giờ và buổi chiều khoảng 4-5 giờ, tránh thời gian ánh sáng mặt trời mạnh nhất, còn vào những ngày mùa đông lạnh lẽo, cần lựa chọn thời điểm buổi trưa có thời tiết tương đối tốt, bế trẻ ra tắm nắng, nhưng nhất định phải chú ý giữ ấm cho trẻ.

NGÀY THỨ 176

Bé lớn lên và rèn luyện

Trong tháng này, thông qua sự rèn luyện, khi bé nằm ngửa phần thân trên hoàn toàn được nâng lên theo chiều dọc của giường; chân có thể nâng lên đá vào quần áo, chăn gối và các đồ chơi được treo; ánh mắt linh hoạt, có thể quan sát một vật này rồi chuyển sang vật khác; bắt đầu bi bô học nói, sử dụng thanh âm để trả lời sự vui đùa của người lớn; thích ăn các món phụ.

Bố mẹ có thể lựa chọn cho bé một vài kiểu đồ chơi dưới đây:

Chuẩn bị cho bé một vài đồ chơi với đủ loại chất liệu, đủ loại màu sắc, và thuận tiện cho việc cầm nắm, ví dụ: lục lạc, quả bóng bàn, con lật đật, khối gỗ nhỏ hình vuông, các con vật bằng nhựa...

Có thể cho trẻ chơi đồ chơi cỡ lớn hơn như các loại vòng nhiều màu sắc, vòng tay, vòng chân, cuộn vải mềm hoặc miếng gỗ, hoặc các loại đồ chơi bằng nhựa có thể gõ, có thể cầm nắm, có thể phát ra tiếng, hoặc các loại tranh ảnh, thẻ nhiều màu sắc.

Có thể chọn các loại đồ chơi bằng len, nhưng để tạo cảm giác mềm mại. Nên chọn đồ chơi có tạo hình đơn giản, thể tích tương đối lớn và đặt ở trên giường hoặc bên cạnh bé.

Khi bé cảm thấy vui thích với thế giới xung quanh, có thể chọn lựa một số kiểu đồ chơi có màu sắc tươi sáng, hình ảnh phong phú, dễ cầm nắm, có thể phát ra những âm thanh khác nhau, ví dụ một số đồ chơi bằng nhựa như trống bỏi, chuông, đồng hồ báo thức nhỏ, hoặc đôi tất nhỏ và khăn lụa nhỏ có màu sắc tươi sáng.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với bàn tay

Mục đích

Trò chơi này không chỉ có thể rèn luyện sự khéo léo của

đôi tay cho bé, mà còn có thể khiến bé nhận biết được sức khỏe bản thân.

Chuẩn bị: Mẹ rửa tay thật sạch, sau đó xoa lên một lớp dầu bóng.

Phương pháp

Đặt bé nằm ngửa trên giường hoặc trong nôi, mẹ sẽ giúp bé đặt hai tay nắm lại với nhau.

Sau đó mẹ bỏ tay ra để bé tự chơi với bàn tay nhỏ của mình. Mẹ vẫn có thể nhẹ nhàng nhấc một chân của bé lên, để bé có thể nắm được chân bằng bàn tay cùng phía, rồi xem bé sẽ “xử trí” thế nào với chân nhỏ của mình.

Đồng thời, mẹ cũng nói với bé “Đây là chân của con”, “Đây là tay của con”.

Lời khuyên của chuyên gia

Bài luyện tập lần này cần phải được thực hiện khi thời tiết tương đối ấm áp, quần áo bé mặc phải gọn mỏng, để thuận tiện cho bé có thể hoạt động thoải mái.

NGÀY THỨ 177

Bé lớn lên và rèn luyện

Gia đình là lớp học đầu tiên của bé, bé sẽ học được từ lời nói, cử chỉ của bố mẹ... Mọi lời nói, cử chỉ của bố mẹ giống như một tấm gương, bé sẽ học theo đó để nhận biết bản thân.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với búp bê

Mục đích

Nuôi dưỡng tình cảm.

Phương pháp

Mẹ bế búp bê, ôm búp bê yêu thương vỗ về, sau đó đưa búp bê cho bé, để bé ôm.

NGÀY THỨ 178

Bé lớn lên và rèn luyện

Ánh mắt bé sẽ chuyển hướng một góc 90 độ với những vật thể di động có phương nằm ngang và thẳng đứng. Bé sẽ có những phản ứng đặc biệt với lời nói của mẹ. Mẹ nên cùng bé quan sát thế giới xung quanh và giới thiệu với bé những gì quan sát được. Gọi tên các loại đồ chơi, cho bé nhìn và sờ. Mỗi ngày nhắc lại từ năm đến sáu lần.

Trò chơi ngày hôm nay: Cưỡi ngựa

Mục đích

Tăng tình cảm mẹ con, phát triển ngôn ngữ cho bé.

Phương pháp

Đặt bé ngồi lên chân mẹ, mẹ bắt đầu chuyển động phần chân, vừa chuyển động chân vừa đọc:

Cưỡi ngựa lớn, cù lục cù lục

Vừa mới chạy, chạy đến ngay nhà bà ngoại

Trông thấy bà ngoại liền chào ngay

Bà ngoại cười vui vẻ.

NGÀY THỨ 179

Bé lớn lên và rèn luyện

Với các giai đoạn tuổi khác nhau, trong những điều kiện gia đình và kinh tế văn hóa khác nhau các bé sẽ có những kiểu phát triển tâm lý và tính cách hoàn toàn khác nhau.

Trò chơi ngày hôm nay: Bố ở đâu, mẹ ở đâu?

Mục đích

Làm tăng thêm không khí vui vẻ trong gia đình.

Phương pháp

Bé ngồi ở giữa, bố ngồi bên trái, mẹ ngồi bên phải. Bố và mẹ đều cầm lấy tay bé. Trước tiên là bố kéo nhẹ tay bé để bé nhìn bố rồi nói: “Mẹ đâu rồi nhỉ?” Khi bé quay đầu sang nhìn mẹ, mẹ lại hỏi: “Bố đâu rồi nhỉ?”. Bé sẽ quay đầu sang nhìn bố.

NGÀY THỨ 180

Bé lớn lên và rèn luyện

Trong tháng này, thông qua rèn luyện, tay bé có thể chơi với chân, bé có thể ngậm ngón chân; hai tay bé có thể cầm đồ chơi một cách chắc chắn; có thể nghe âm thanh và quan sát có chủ đích trong vòng hai giây; sẽ phát ra được hai, ba phụ âm; khi soi gương bé sẽ cười, dùng tay để sờ người trong gương; bé sẽ tự mình lấy và ăn bánh quy...

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo tay

Mục đích

Tập cho bé cầm nắm đồ vật, thúc đẩy sự giao lưu tình cảm, và sự phát triển mang tính xã hội.

Phương pháp

Người lớn đặt ngón tay trỏ vào tay bé để nắm lấy, đồng thời nói với bé rằng: “Hãy kéo tay đi! Con yêu”. Bé dần dần học được cách nắm chắc ngón tay của người lớn, vui sướng rung ngón tay của người lớn và không muốn buông ra. Sau nhiều lần rèn luyện như vậy, khi bé nhìn thấy một người bạn hoặc người quen, người lớn nói “Nắm tay nào”, bé sẽ giơ tay và nắm tay người đó.

NGÀY THỨ 181

Bé lớn lên và rèn luyện

Sự khéo léo của đôi bàn tay thể hiện sự phát triển của trí tuệ, hãy để bé chơi với nhiều loại đồ chơi, thúc đẩy các động tác của bàn tay từ bị động chuyển sang chủ động, từ không chuẩn xác chuyển sang chuẩn xác, từ việc nắm tay chuyển sang nghe ngôn ngữ chỉ huy.

Cho bé chơi những loại đồ chơi phù hợp đó là đồ chơi có tính chất thao tác, có thể chuyển động, có thể phát ra âm thanh, và điều khiển dễ dàng.

Dạy bé nhận biết vật thật, để bé chỉ và nhận biết vật thật.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhận biết vật

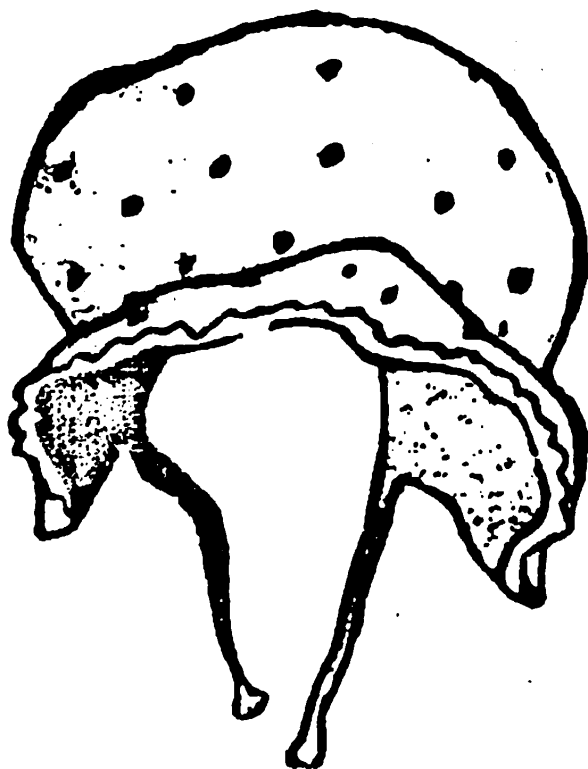
Mục đích

Nhận biết vật và nói.

Phương pháp

Mẹ đặt chiếc cốc mà bé thường uống nước trước mặt bé, nói nhiều lần với bé rằng, đây là chiếc cốc. Nếu bé không mấy vui thích, hãy để bé nhìn chiếc mũ, và cũng nói nhiều lần rằng đây là chiếc mũ. Bé vẫn không nói, nhưng đã có thể nhận biết vật. Sau khi bé nhớ rõ những vật

giống như vậy, mẹ hỏi bé, mũ ở đâu thế nhỉ, bé sẽ chỉ. Hôm sau mẹ lại hỏi bé một lần nữa, xem bé có còn nhớ rõ hay không. Nếu bé không nhớ thì lại dạy bé nhận biết lại, khi bé nhớ rõ rồi, cũng cần phải nhắc lại. Hai, ba ngày liền bé nhận biết được những đồ vật giống như vậy là được. .



Đánh giá sự phát triển của bé ở tháng thứ sáu

- ❖ **Động tác lớn:** Đặt bé ngồi trên giường, không đỡ, bé có thể tự ngồi trong vòng nửa phút hoặc hơn.
- ❖ **Động tác tinh tế:** Mẹ ôm bé ngồi, sau khi đưa bé cầm được mẫu gỗ thứ nhất, tiếp tục đưa cho bé mẫu gỗ thứ hai, bé sẽ chuyển mẫu gỗ thứ nhất sang tay khác, để nhận được mẫu gỗ thứ hai.
- ❖ **Khả năng nhận biết:** Khi bé nằm ngửa, mẹ dùng một chiếc khăn tay che lên mặt bé, bé có thể dùng tay nắm lấy khăn tay trên mặt. Mẹ ôm lấy bé, khi mẹ nói ra những đồ vật đã trở nên thân quen với bé, bé sẽ hướng ánh mắt nhìn về đồ vật tương ứng, hoặc dùng tay chỉ.
- ❖ **Lời nói:** Bố ôm lấy bé, mẹ đứng ở một bên, bố hỏi bé: Mẹ đâu nhỉ? Bé biết điều đó và sẽ nhìn mẹ.
- ❖ **Tính nết và hành vi xã hội:** Bé sẽ có những phản ứng rõ rệt với người lạ như sợ hãi, lo lắng, khóc to. Ôm lấy bé đứng trước một tấm gương lớn, bé sẽ có phản ứng đối với người trong gương như sờ, đập tay, bày tỏ sự thân thiết. Nếu có người lấy đi đồ chơi trong tay bé, bé sẽ hét lên, không vui, hoặc khóc to. Bé sẽ cảm thấy vui sướng với những lời nói thân thiết, và cảm thấy lo lắng với những lời nói nghiêm khắc.

THÁNG THỨ BẢY

- Tiếp tục dạy bé phát âm và rèn luyện khả năng bò.
- Dạy bé làm các thao tác của trẻ từ 7 – 12 tháng.
- Cho bé chơi trò chơi nhận biết vật nhiều hơn.
- Rèn luyện cho bé khả năng cầm nắm và gõ.
- Rèn luyện cho bé biết nghe mệnh lệnh, hiểu được ý nghĩa của từ “cầm”.
 - Bé có thể ngẩng đầu, ngồi, có thể trở mình, tay vịn thành giường để đứng, tầm nhìn mở rộng.

NGÀY THỨ 182

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trai có chiều dài cơ thể khoảng 68,88cm, còn bé gái khoảng 67,18cm.

Khi bé được bảy, tám tháng, bò là trò chơi mà các bé yêu thích nhất. Bò rất có lợi cho bé, thông qua động tác bò, tay chân các bé được rèn luyện, não bộ phát triển, bé sẽ thông minh hơn. Cha mẹ hãy thông qua các trò chơi để giúp bé học các động tác bò hiệu quả nhất.

Trò chơi ngày hôm nay: Bắt chữ

Mục đích

Luyện tập động tác bò.

Phương pháp

Đặt bé nằm ngửa trên giường hoặc trên thảm (cần chú ý rằng giường mềm không thích hợp cho bé bò). Đặt trước mặt bé tấm bảng học chữ với màu sắc tươi sáng, cổ vũ bé bò tới để bắt lấy. Khi bé đã bắt được tấm bảng học chữ, cần phải khen ngợi bé, đồng thời cho bé xem những hình ảnh trên tấm bảng và thuyết minh với bé về hình ảnh trên tấm bảng đó.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé có thể phát ra các âm khác nhau thể hiện những yêu cầu cũng khác nhau. Ví dụ không vui, đói, muốn đồ chơi... nhưng không phân biệt rõ ràng được, thường chỉ có mẹ - người chăm sóc bé mới có thể hiểu được. Bé đã có thể hiểu được thái độ mà người lớn bộc lộ khi phát âm, người lớn không vui, nghiêm khắc, bé sẽ thu mình lại. Điều này thể hiện bé đã bắt đầu hiểu được ngôn ngữ của người lớn.

NGÀY THỨ 183

Bé lớn lên và rèn luyện

Ngôn ngữ là phương tiện giao lưu, trẻ sớm biết nói sẽ sớm phát huy trí thông minh. Đối với các bé, tập nói là đang chơi một trò chơi ngôn ngữ thú vị. Hãy cổ vũ bé, đối thoại với bé, tạo ra các trò chơi ngôn ngữ, giúp bé học ngôn ngữ thông qua các trò chơi.

Mục đích

Luyện nói và nhận biết vật.

Phương pháp

Mẹ ôm bé đứng trước gương, chỉ vào mũi bé nói: “Đây là mũi của con.” Sờ vào tai bé và nói: “Đây là tai của con.” Để bé nhìn thấy mũi và tai mình trong gương. Sau khi bé quen dần

chuyển sang các bộ phận khác như miệng, mắt, tóc, tay, chân... Hãy để bé sờ vào người mẹ để đùa. Cũng có thể yêu cầu bé chỉ xem tay, miệng bé ở đâu. Nếu bé không chỉ được hoặc chỉ sai, cũng đừng phê bình bé. Nếu bé thực sự không biết, chứng tỏ rằng bố mẹ quá vội vàng, dạy quá nhanh, cần phải dạy từ từ, vừa dạy từ mới vừa luyện từ cũ.

Lời khuyên của chuyên gia

Dạy ngôn ngữ cho bé trong bữa ăn, khi cho bé ăn cá, mẹ nói “Mẹ cho bé ăn cá này, cá ngon lắm nhé!” “Cá là thức ăn bổ dưỡng, con yêu của mẹ thích ăn cá nhất mà.”..., nếu bé phát âm được từ “cá” thì hãy cổ vũ bé “Giỏi quá, con của mẹ nói thật giỏi!”, “thật giỏi”...

NGÀY THỨ 184

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé không bực mình, bé sẽ chu môi, vút đồ để bộc lộ tâm lý không hài lòng. Khi soi gương sẽ lấy tay đập vào hình ảnh mình trong gương. Thường bé sẽ dùng tay chỉ ra phía ngoài phòng, ý muốn ra bên ngoài.

Trò chơi ngày hôm nay: Quả cam đi trốn

Mục đích

Để bé học được các động tác kéo, nhận biết hình ảnh, nhận biết chữ.

Phương pháp

Đặt tấm bảng học chữ trên giường, chọn đồ vật để bé nhận biết, ví dụ như tấm bảng hình ô tô, quả táo, quả lê, quả cam, mẹ dùng một tấm khăn phủ lên tấm bảng có hình, hỏi bé “Quả cam trốn đâu rồi?”. Để bé kéo tấm khăn phủ tấm

bảng có hình quả cam. Lúc đầu, bé có thể không biết chơi, nhưng nếu được chơi nhiều lần, bé sẽ học được cách chơi.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé quá béo hay quá gầy đều sẽ ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe của bé. Nên để ý đến chế độ dinh dưỡng cho bé, đồng thời nên rèn cho bé những thói quen tốt trong ăn, ngủ và sinh hoạt nói chung.

NGÀY THỨ 185

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé để ý được tay lại quen chân. Khi đó, bố mẹ có thể đứng ở đằng sau bé, đặt hai tay ở dưới chân bé, đẩy một chân bé, khi bé có thể bò lên phía trước một chút, lại tiếp tục đẩy nốt chân còn lại, điều này giống như một sự trợ giúp để bé vượt qua được hàng rào “bò”.

Trò chơi ngày hôm nay: Những sự cảm dỗ nhiều màu sắc

Mục đích

Rèn luyện động tác bò.

Phương pháp

Bé yêu thích những màu sắc tươi sáng, khi có những món đồ vật có màu sáng, bé sẽ nhìn không chớp mắt, đồng thời cũng muốn nắm lấy trong tay. Lúc đó, đặt bé ngồi sang một bên, bố mẹ lấy một món đồ chơi sặc sỡ, gọi tên bé, thu hút sự chú ý của bé. Khi bé nằm sấp xuống và bò lại, bố mẹ kéo lùi về phía sau, đợi sau khi bé đã bò được ba, bốn bước, hãy để bé nắm được đồ vật, đồng thời khen ngợi, động viên bé đã làm rất tốt.

Lời khuyên

Trong quá trình trưởng thành của bé, bố mẹ cần phải học cách khen ngợi và cổ vũ con mình, để bé cảm thấy vui vẻ, tự tin. Có thể sử dụng phần thưởng là các món ăn, nhưng hiệu quả hơn thế vẫn là tình cảm. Sự cổ vũ là động lực để bé luôn phấn đấu hết mình.

NGÀY THỨ 186

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé đã biết ngồi, bây giờ mẹ hãy khuyến khích con tập bò. Trước hết bé cần chuyển từ tư thế ngồi sang tư thế nằm sấp.

Mẹ lấy đồ chơi
mà bé yêu thích
đặt ở một nơi
cách không
xa bé
lắm,
bé



chỉ cần nhoài người về phía trước, chuyển sang tư thế nằm sấp để bắt được đồ chơi Tuy đây không thể được coi là động tác bò nhưng là khúc mở đầu của động tác bò.

Trước khi học bò, bé có thể thích nhoài người về phía trước ở trên giường, làm tốt công tác chuẩn bị trước khi học bò xem như là thành công rồi. Khi bắt đầu có thể đặt đồ chơi ở phía trước cách bé không xa, về sau, có thể đặt ở bên trái, bên phải bé, thậm chí là ở đằng sau, chỉ cần bé xoay đầu nhìn thấy là có thể nằm sấp bò đi bắt lấy. Đương nhiên các loại đồ

chơi cũng cần phải thay đổi thường xuyên, tránh việc khiến bé thấy nhàm chán.

Giúp bé học bò. Bò có tác dụng thúc đẩy sự phát triển trí tuệ, năng lực và sự lớn lên cơ thể của bé, khoa học đã chứng minh rằng, những bé không qua giai đoạn bò mà chuyển sang biết đi sẽ gặp rất nhiều trở ngại trong vận động và học tập.

Trò chơi ngày hôm nay: Học bò

Mục đích

Luyện tập động tác bò.

Phương pháp

Đặt bé nằm sấp, bé sẽ ngẩng đầu lên, đặt phía trước mặt bé một món đồ chơi, tốt nhất là một món đồ chơi mà bé yêu thích hoặc đồ chơi mới, cổ vũ bé bò về phía trước, để lấy món đồ chơi đó. Có bé không thích bò, có thể dùng tay đẩy chân bé, để bé có thể đạp chân bò về phía trước. Sau khi bé lấy được đồ chơi rồi, để bé chơi một lúc, rồi lại luyện tập bò tiếp.

NGÀY THỨ 187

Bé lớn lên và rèn luyện

Những bé ở tháng thứ bảy có thể phân biệt được người thân và người lạ, được người thân chăm sóc bé sẽ cảm thấy vui sướng, nhìn thấy hình ảnh mình trong gương bé sẽ cười, nếu cùng bé chơi trò chơi giấu những con thú nhỏ, bé sẽ cảm thấy rất vui. Lúc này, bé sẽ dùng các cách khác nhau để thể hiện tình cảm, ví dụ như cười, khóc để thể hiện sự yêu thích hay không yêu thích, không hài lòng về điều gì đó.

Trò chơi ngày hôm nay: Trốn tìm

Mục đích

Thắt chặt tình cảm mẹ con.

Phương pháp

Bé chơi đùa trên thảm, mẹ ngồi trên ghế, mẹ lấy tờ báo che mặt mình nói: “Con yêu ở đâu vậy?” để thu hút sự chú ý của bé, sau đó lộ đầu ra và nói: “Ở đây rồi!”. Một lúc sau lại ngó đầu ra từ bên phải.

Lời khuyên của chuyên gia

Tắm nắng cũng tốt, tập thể thao cũng tốt, đều không cần phải áp dụng những phương thức gò ép, để bé từ từ làm quen với cảm giác này, đồng thời cần nói chuyện nhiều hơn với bé trong khi chơi trò chơi. Khi kết thúc trò chơi, lại nói với bé rằng: “Chơi thật vui! Con yêu cảm thấy thật thoải mái.” Khiến bé có mong muốn lần sau lại tiếp tục chơi nữa.

NGÀY THỨ 188

Bé lớn lên và rèn luyện

Mỗi ngày mẹ cùng bé chơi trò chơi, có thể điều chỉnh nhiệt độ phòng cho thích hợp. Bé mặc ít quần áo, nhiệt độ phòng để hơi cao một chút. Nếu chơi trên thảm, cần chú ý luồng không khí nóng lưu động hướng lên trên, và luồng không khí lạnh lưu động hướng xuống dưới. Mẹ thường cùng bé chơi trò soi gương, có thể khiến bé nhận biết bản thân, nhận biết các bộ phận trên cơ thể qua gương. Do các cơ quan thị giác, thính giác, xúc giác đồng thời sử dụng, khiến bé càng dễ dàng nhớ rõ hơn. Hình ảnh trong gương khiến bé hiểu được các cách bộc lộ cảm xúc.

Trò chơi ngày hôm nay: Chỉ ra cái mũi

Mục đích

Nhận biết năm giác quan và các bộ phận cơ thể con người.

Phương pháp

Mẹ ôm bé đứng trước gương, cầm tay bé và chỉ vào mũi bé nói "mũi". Sau đó lại cầm tay bé, chỉ vào mũi mẹ. Hãy kiên nhẫn đến khi bé có thể chỉ được cái mũi của mình khi người lớn nói "mũi". Khi bé nhận biết không sai nữa lại tiếp tục dạy bé nhận biết mắt...

Ngoài ra, mẹ vẫn có thể tạo ra các kiểu biểu đạt tình cảm khác nhau, để bé quan sát, và nói với bé: "Mẹ cười này", "Mẹ tức giận này"...

Lời khuyên của chuyên gia

Sáng sớm, khi thay quần áo cho bé, mẹ cần phải vừa mặc vừa nói chuyện. Ví dụ nói: "Mẹ giúp con mặc quần áo nhé! Hôm nay trên bộ quần áo này có gì nhỉ? Là một con gấu nhỏ, thật đẹp!" "Lại đây! Bé giơ tay ra, giơ chân ra, mặc vào bộ quần áo có hình con gấu nhỏ."

NGÀY THỨ 189

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể nhớ được khái niệm đơn giản, đồng thời có thể phân biệt được đồ vật và người quen. Khi bé bị một đồ vật thu hút, bé sẽ hiểu rõ được chúng, bé sẽ đặt chúng vào trong một cái hộp rồi lại bỏ ra ngoài; nếu giấu chúng đi, bé sẽ đi tìm khắp nơi.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm đồ chơi

Mục đích

Nuôi dưỡng khả năng quan sát nhạy cảm.

Phương pháp

Mẹ cùng chơi với bé, khi đang chơi vui đến cao độ, mẹ lấy đồ chơi trước mặt bé cất vào trong túi, hoặc dưới gối, dưới ga giường. Nên chọn đồ chơi có kích thước lớn một chút. Sau khi bé tìm thấy, mẹ nên ôm lấy bé, và khen ngợi bé “Thật giỏi! Thật thông minh!”. Khích lệ bé phát triển khả năng quan sát nhạy cảm. Sau đó có thể giấu đồ chơi đến chỗ bé có thể lấy được, để lộ một phần đồ chơi để bé tìm kiếm.

NGÀY THỨ 190

Bé lớn lên và rèn luyện

Phương pháp kiểm tra khả năng nghe và khả năng hiểu:

- Tên bé và chữ “không” có tạo ra phản ứng gì không?
- Có chú ý và quan sát xung quanh để tìm kiếm nơi xuất phát của âm thanh hay không?
- Có chuyển hướng nơi phát ra âm thanh hay không?

Trò chơi ngày hôm nay: Âm thanh ở đâu?

Mục đích

Rèn luyện khả năng nghe.

Phương pháp

Mẹ chuẩn bị một số đồ vật và đồ chơi phát ra âm thanh: đồng hồ báo thức, chuông cửa, điện thoại... Mẹ ôm bé, đặt những đồ vật đã chuẩn bị sẵn ở nơi mà bé không nhìn thấy rồi tạo ra những âm thanh. Sau đó mẹ hỏi bé: “Âm thanh ở đâu vậy nhỉ?” Dẫn dắt bé nghe đồng thời tìm kiếm. Nếu bé tìm thấy rồi, hãy nói với bé: “Đây là tiếng của đồng hồ báo thức.”. Đặc biệt, trong khi chơi cần phải cố vũ bé.

NGÀY THỨ 191

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sợ người lạ, bé biết đùa với mọi người, biết từ chối làm những việc mà bé không thích.

Mẹ cần phải để bé biết nghe mệnh lệnh.

Trò chơi ngày hôm nay: “Không được phép!”

Mục đích

Để bé học cách không làm những việc mà người lớn không cho phép.

Phương pháp

Khi bé cho đồ chơi vào miệng hoặc lấy những thứ không được lấy, mẹ cần nói “không!” một cách dứt khoát, đồng thời cần phải lắc đầu xua tay thể hiện sự không cho phép. Nếu bé nghe hiểu, không tiếp tục

làm nữa thì nên ngay lập tức nói “Con ngoan, thật biết nghe lời!”. Nếu bé vẫn tiếp tục làm, không hiểu lời mẹ, mẹ cần nghiêm mặt lại và nói “Không ngoan”.

Mẹ cần phải chú ý không nên tươi cười hay thỏa hiệp với những việc bé không được làm mà vẫn làm.



NGÀY THỨ 192

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé được 7-8 tháng, bé biết gọi bố, mẹ, ông.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi phát âm

Mục đích

Luyện tập phát âm.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên chiếc giường nhỏ hoặc ghế, mẹ ngồi đối diện với bé, để bé có thể trông thấy mắt và miệng của mẹ. Sau đó, mẹ phát âm một âm mới mà chưa nghe thấy bé phát ra bao giờ, ví dụ như âm "t". Mẹ có thể dùng âm này để phát ra những âm tiết có tiết tấu, có nhạc điệu, ví dụ như "tatatata; tatatata", bé sẽ rất hiếu kỳ nhìn mắt và miệng mẹ, có thể thấy được là bé cũng rất muốn phát ra được âm đó. Lúc này mẹ có thể dừng lại quan sát cách bé bắt chước mẹ.

Mới bắt đầu, mọi bắt chước đều không chuẩn xác, bé sẽ chỉ phát ra được một số âm mà bé đã học rồi hoặc tương tự như vậy, ví dụ như "babababa". Một lúc sau, bé lại sửa đổi thành âm giống hơn và gần hơn, như "dadadada". Dần dần, bé có thể phát ra được âm mới "tatatata".

Lời khuyên

Hãy vận dụng kinh nghiệm sống phong phú và khả năng hài hước của bố mẹ để tạo ra điều mới lạ. Khi cùng bé soi gương, mẹ hoặc bố có thể biểu đạt các kiểu tình cảm trong gương, ví dụ như cười, và nói với bé: mẹ cười kìa, mẹ đang vui, mẹ yêu bé. Nếu bé có thể bắt chước cách biểu đạt tình cảm của mẹ, như vậy thật là tốt, nhất định cần phải ôm bé một cách thấm thiết, để bé cảm nhận được bản thân đã làm được một việc lớn.

NGÀY THỨ 193

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé mới bắt đầu học bò, bé thường bò giật lùi về phía sau. Nếu bé tròn mười tháng mà vẫn bò về phía sau, như vậy, nên mời bác sĩ kiểm tra hệ vận động của bé có bình thường hay không.

Các vận động của bé khi lấy có tác dụng rèn luyện các hoạt động của đầu, cổ, cơ thể và tay chân, cho bé hoạt động toàn thân. Đặt bé nằm ngửa, có thể sử dụng một loại đồ chơi mà bé yêu thích, dụ bé hoạt vận động các động tác lấy, từ nằm ngửa chuyển sang nằm nghiêng, rồi nằm sấp, rồi lại từ nằm sấp sang nằm nghiêng rồi nằm ngửa. Khi bé tập vận động các động tác lấy cần chú ý đến bé.

Các hoạt động ngoài trời giúp bé tiếp xúc với môi trường tự nhiên, để bé có sức khỏe tốt, trưởng thành một cách thuận lợi.

Sau bảy tháng, tính năng động của bé tăng lên, bé muốn hoạt động một cách chủ động. Lúc này cần đưa bé ra ngoài hoạt động, để bé phát triển các động tác cơ bản và khả năng về các phương diện khác, lại có thể hấp thụ bầu không khí trong lành và ánh sáng mặt trời ấm áp.

Trò chơi ngày hôm nay: Thi bò

Mục đích

Luyện tập động tác bò.

Phương pháp

Có những bé không biết bò, có thể là vì không biết phải làm như thế nào. Khả năng bắt chước của bé là rất lớn, lúc này có thể tìm một bé khác đã biết bò đến chơi cùng với bé, hai bé sẽ chơi cùng nhau, cùng cổ vũ hai bé bò, khi bé nhìn thấy người bạn của mình bò, sẽ bắt chước theo, và sẽ học rất nhanh. Để tăng thêm phần vui vẻ, bố mẹ có thể làm một

cuộc thi đấu, bố mẹ ở phía trước trêu đùa, cổ vũ hai bé cùng hướng về phía mình.

Lời khuyên của chuyên gia

Cần phải tăng cường các hoạt động ngoài trời cho bé, không đưa bé đến những nơi công cộng đông người.

Cần chú ý vệ sinh, phải khử trùng với những đồ chơi bé cho vào miệng.

Rèn luyện các động tác tinh tế của tay. Sự phát triển của tay thể hiện sự phát triển về trí tuệ, bố mẹ có thể để bé chơi với nhiều loại đồ chơi khác nhau, thúc đẩy các động tác tay từ bị động chuyển sang chủ động, từ không chuẩn xác sang chuẩn xác, từ việc cầm tay chuyển sang nghe ngôn ngữ chỉ huy.

NGÀY THỨ 194

Bé lớn lên và rèn luyện

Các bé thể hiện sự quan tâm đối với sự vật mới lạ xung quanh, nếu bố mẹ có sự trợ giúp đúng lúc, có thể kích thích mong muốn học hỏi của bé. Khi bé đang háo hức, bám vào lan can muốn đứng dậy hoặc là khi bé học đi, bố mẹ đứng một bên giúp đỡ và cổ vũ bé, đồng thời ghi nhận thành tích của bé. Hãy động viên con đúng lúc, kịp thời những câu: "Con giỏi quá! Con đã lớn rồi!" Và tin tưởng rằng bé sẽ làm được tốt hơn nữa.

Những đứa trẻ nền nếp sẽ được người khác coi trọng, khi trưởng thành nó cũng biết và hiểu được cảm xúc của người khác, biết nghĩ cho người khác khi đứng trên lập trường của họ.

Trò chơi ngày hôm nay: Chú ếch nhỏ được lên giây cót

Mục đích

Phát triển khả năng quan sát của bé.

Phương pháp

Mua cho bé một chú ếch nhỏ được lên giấy cút, sau khi lên giấy cút rồi, ếch nhỏ có thể chuyển động và nhảy, thu hút sự chú ý của bé, khi bé học bò, đặt ếch nhỏ ở nơi mà bé không thể lấy được, kích thích bé bò về phía trước để bắt lấy ếch nhỏ, khi đã bắt được rồi, bé sẽ vui sướng vì đã thành công.

Chú ý

Đừng đặt chú ếch nhỏ cách bé quá xa, khiến bé dù đã cố gắng hết mình nhưng vẫn không bắt được.

NGÀY THỨ 195

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sang tháng thứ bảy, hoạt động tâm lý đã tương đối phức tạp hơn. Việc biểu lộ tình cảm trên khuôn mặt của các bé giống như một bức tranh nhiều màu sắc. Khi vui, mắt sẽ cười, lông mày giãn rộng, chân tay múa máy, bi bô nói. Khi không vui bé sẽ giận dữ, vừa khóc vừa gào. Các bé có thể nghe hiểu những âm thanh thân thiết hoặc nghiêm khắc. Khi mẹ rời đi, bé sẽ bộc lộ một tâm lý sợ sệt.

Trò chơi ngày hôm nay: Chuyển khối gỗ

Mục đích

Rèn luyện các động tác tay, bồi dưỡng khả năng giải quyết các vấn đề mới thông qua kinh nghiệm đã có. Rèn luyện khả năng chuyển vật bằng hai tay.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên giường, mẹ đưa cho bé một khối gỗ, sau khi đợi bé lấy được rồi, lại tiếp tục đưa khối gỗ thứ hai vào tay kia của bé, quan sát xem bé làm thế nào chuyển

khối gỗ sang tay kia, rồi mới lấy khối gỗ thứ hai. Nếu bé ném đi khối gỗ trong tay để nhận lấy khối gỗ thứ hai, cần phải hướng dẫn bé trước tiên đổi khối gỗ sang tay kia rồi mới lấy khối gỗ mới.

Lời khuyên của chuyên gia

Giao lưu, không chỉ là biểu đạt bằng ngôn ngữ. Thực tế, cách biểu đạt tình cảm của bé là rất phong phú. Cho dù là đứa trẻ mới ra đời, cũng sẽ nở nụ cười, vẫy tay chân, vận dụng toàn bộ ngôn ngữ cơ thể, để biểu đạt niềm vui nỗi buồn. Nếu mẹ quan tâm đến những biểu hiện và sự phát triển của bé, mẹ có thể dễ dàng nắm bắt được tình hình của bé, và bé cũng sẽ luôn tin tưởng vào mẹ.

NGÀY THỨ 196

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể dần dần hiểu được nghĩa của những từ đơn giản như: nóng, cảm, ăn, thơm... Khi người lớn nói, bé sẽ quan sát khuôn mặt, động tác, khẩu hình của người lớn, đồng thời cũng bắt chước một vài động tác liên quan đến khoang miệng, nhưng chỉ có lưỡi và môi rung, bé vẫn không phát được đúng âm, nếu bé bắt chước nhiều, nghe nhiều, bé sẽ “xướng thoại” được. Do đó, khi người lớn nói, hãy để bé nhìn rõ khẩu hình, để bé bắt chước. Khi bé bắt chước, hãy cổ vũ bé để bé có động lực cố gắng.

Trò chơi ngày hôm nay: Luyện tập phát âm phụ âm

Mục đích

Bắt chước phát âm được phụ âm đôi, liên hệ giữa âm với người và vật.

Tiền đề

Sẽ phát âm được một vài nguyên âm.

Phương pháp

Mỗi ngày, người lớn đều cần phải nói chuyện với bé, cùng nhau bắt chước để phát âm phụ âm đôi, ví dụ như đại đại, đả đả, bả bả, ma ma, oa oa, phách phách, khái khái... Mỗi lần phát ra một phụ âm cần phải chỉ ngay người hoặc vật tương ứng hoặc động tác tác ứng, nhằm liên hệ âm và ý nghĩa. Ví dụ như khi chơi búp bê, nói “vỗ vỗ” cho em búp bê ngủ... Bé sẽ rất thích thú với trò chơi phát âm này, thường xuyên luyện tập làm cho số lượng phụ âm nhiều lên, sẽ rất có lợi cho việc học ngôn ngữ.

Chú ý

Mẹ cần phải làm đi làm lại nhiều lần, nhưng đừng chỉ để bản thân phát âm không ngừng, mà hãy dành cơ hội cho bé bắt chước cách phát âm.

NGÀY THỨ 197

Bé lớn lên và luyện tập

Nên để thời gian ngồi của bé ít và thời gian để tập bò nhiều. Nếu khi bé được bảy, tám tháng lại đúng vào mùa đông, bởi vì bé mặc nhiều quần áo nên có thể học chậm hơn một chút.

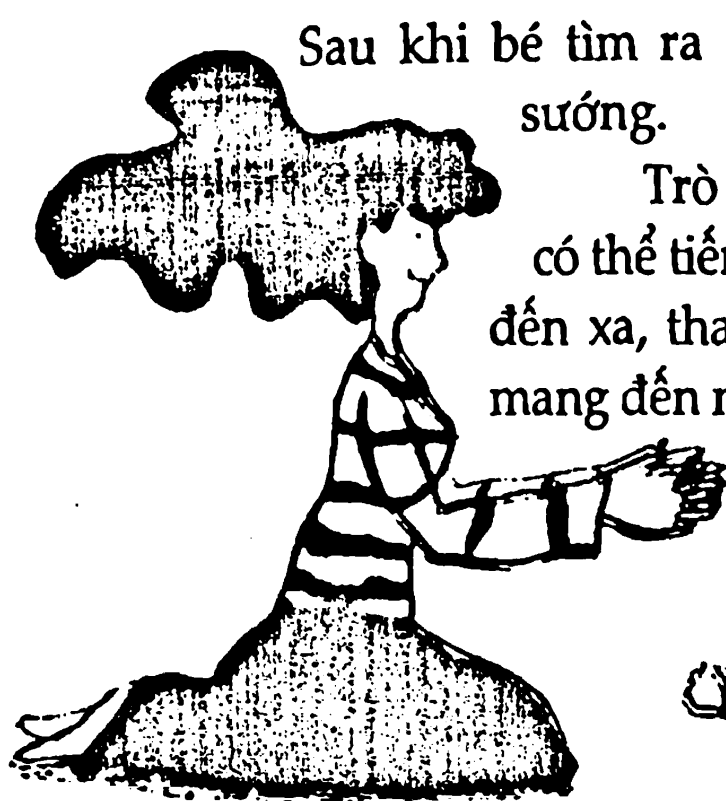
Trò chơi ngày hôm nay: Nó đi đâu mất rồi?

Mục đích

Luyện tập động tác bò.

Phương pháp

Sau khi bé biết bò, bé sẽ mở rộng phạm vi hoạt động của mình. Mẹ có thể giấu đồ chơi của bé đằng sau lưng, đùa với bé để thu hút bé bò qua tìm đồ chơi, và nói với bé: “Quả bóng đâu rồi nhỉ? Bé yêu của mẹ sẽ tìm ra ngay bây giờ thôi”.



Sau khi bé tìm ra đồ chơi, bé sẽ hết sức vui sướng.

Trò chơi luyện tập động tác bò có thể tiến hành từ dễ đến khó, từ gần đến xa, thay đổi đồ chơi và cách chơi, mang đến niềm hứng thú cho bé.

Lưu ý

Sau khi bé biết bò, biết đứng, bé sẽ xoay đi xoay lại trên giường, dễ

bị ngã xuống đất, cần để mắt đến bé thường xuyên.

Giường của bé nhất thiết phải có thành bảo vệ, nếu bé ngủ cùng với bố mẹ, bé phải được đặt nằm bên trong. Đặt bé trên một chiếc giường lớn, chỉ dùng gối và chăn để chặn là không đủ.

NGÀY THỨ 198

Bé lớn lên và rèn luyện

Cùng với độ tuổi dần dần tăng lên của các bé, sự phát triển trong nhận thức, điều hòa động tác, giao lưu tình cảm giữa bố mẹ và các bé càng ngày càng mở rộng và tích cực hơn, những giai điệu ngọt ngào trong khúc hát ru, ca khúc thiếu nhi và đồng dao, hay những động tác cũng đều đóng vai trò duy trì mối quan hệ hợp tác giữa mẹ và con.

Ví dụ như chờ đợi, lặp lại, nghe theo mệnh lệnh... các bé bắt đầu trải nghiệm quy tắc cơ bản trong việc giao lưu xã hội. Do vậy, đối tượng học tập mang tính xã hội đầu tiên là bố mẹ các bé, điều này đặt nền móng vững chắc trong việc sau này bé sẽ hợp tác với nhiều đối tượng xung quanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Học gấu nhỏ đánh trống

Mục đích

Gợi mở khả năng cảm thụ âm nhạc cho bé.

Phương pháp

Mua đồ chơi là một con gấu nhỏ đang đánh trống, bật công tắc, gấu nhỏ sẽ đi đi lại lại trên thảm, vừa đi lại vừa đánh trống và hát. Lúc này mẹ nắm lấy tay bé, cùng với nhịp gõ trống của gấu nhỏ vỗ tay, miệng nhẩm theo tiết tấu. Hoặc mẹ mua một cái trống nhỏ, đưa dùi trống cho bé cầm, để bé học gấu nhỏ đánh trống. Bé sẽ rất vui sướng khi chơi với mẹ.

NGÀY THỨ 199

Bé lớn lên và rèn luyện

Rất nhiều bé khi được khoảng 6 - 9 tháng tuổi lại hay sợ, nhưng loại phản ứng này không phải là một bước nhất định phải trải qua trong quá trình lớn lên bình thường của bé. Bé sợ người lạ hay không, hoặc là sớm có cảm giác sợ sệt hay không, đều chịu ảnh hưởng từ tính tình bẩm sinh của bé.

Bé bắt đầu sợ người lạ, đây là phản ứng bình thường trong sự phát triển nhận thức. Mẹ nên để bé có nhiều cơ hội tiếp xúc với nhiều người khác nhau, mở rộng phạm vi giao lưu của bé. Đưa bé đến những nơi như vườn hoa, quảng trường để bé ngắm nhìn cảnh tượng tươi mới và thú vị xung quanh, cảm nhận được thanh âm và khuôn mặt của nhiều người khác nhau, đặc biệt cần chú ý để bé trải nghiệm được niềm vui giao lưu với mọi người, dần dần giảm bớt cảm giác không an toàn và tâm lý sợ hãi khi giao lưu với người lạ.

Trò chơi ngày hôm nay: Quan sát bạn chơi

Giao lưu với mọi người giúp nuôi dưỡng sự hoạt bát vui vẻ,

thích giao lưu với mọi người của bé. Những bé chưa tròn một tuổi không thích chơi cùng những người bạn cùng lứa, nhưng các bé thực sự thích thú quan sát những bé lớn hơn chơi đùa. Từ việc quan sát đến việc mỗi người chơi một trò, rồi lại đến việc cùng nhau chơi chung, từng bước nuôi dưỡng tính tình và khả năng thích giao lưu với người khác của bé.

Mục đích

Nuôi dưỡng khả năng giao lưu xã hội.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên xe đẩy, rồi cùng bé đi dạo ngoài trời.

Quan sát những đứa trẻ lớn hơn chơi đùa: “Nhìn kìa, những anh chị kia chơi thật là vui!”

Quan sát, lại gần những đứa trẻ cùng tuổi: “Ở đây có các bạn của con này!”

Lời khuyên

Bé vẫn không chơi cùng với những bé cùng tuổi, nhưng lại cảm thấy rất thích thú với những bé lớn hơn, cha mẹ hãy tìm cho bé một người bạn nhé!

NGÀY THỨ 200

Bé lớn lên và rèn luyện

Có những bé đặc biệt thích những sự vật mới, có thể thích ứng rất nhanh với những biến đổi mới. Những bé như vậy rất có thể sẽ không bộc lộ rõ “phản ứng lạ”.

Một số bé bẩm sinh đã luôn lẫn trốn những sự vật mới, cần phải trải qua một quãng thời gian để thích ứng với những biến đổi. Những bé thuộc vào dạng này có thể có phản ứng mạnh đối với người lạ, hơn nữa còn gào khóc không ngừng.

Những bé thuộc dạng thứ hai, mẹ có thể thông qua việc chào hỏi giữa bé và khách, thể hiện sự thân thiết với người lạ nhằm thu hẹp giai đoạn sợ người lạ của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: “Xin chào!”, “Tạm biệt!”

Mục đích

Học được cách dùng cử chỉ, ngôn ngữ đơn giản để chào và tạm biệt.

Phương pháp

Mỗi ngày khi bé thức dậy, mẹ đều cần chủ động chào bé, vừa cầm tay bé vừa nói: “Con yêu! Chào con! Con dậy rồi à?” (khi hỏi chuyện bé, nét mặt mẹ phải tươi tỉnh). Sau một thời gian, miệng bé cũng phát ra những thanh âm như nói “Xin chào”, nhưng chưa rõ ràng.

Mỗi khi mẹ rời khỏi phòng, có thể vừa vẫy tay vừa nói với bé: “Tạm biệt! Tạm biệt con yêu!” Nếu mẹ và bé cùng rời nhà một ai đó hoặc khi chào người nào đó ra về, có thể giúp bé vẫy tay với người đó và nói “Tạm biệt”.

Nếu bé thường xuyên được giao tiếp, bé học được cách “Tạm biệt!”, “Xin chào!” rất nhanh.

NGÀY THỨ 201

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được bảy tháng đã có thể tự ngồi, có thể sử dụng hai tay một cách linh hoạt hơn so với trước, có thể thay đổi đồ chơi từ tay này sang tay khác, hoặc cả hai tay mỗi tay cầm một đồ chơi rồi cùng vỗ, gõ xuống sàn. “Làm trước nghĩ sau” là đặc điểm suy nghĩ của bé. Các bé sẽ học được cách suy nghĩ khi từ một động tác tạo ra các kết quả giống nhau. Khi tay bé đã trở nên linh hoạt hơn, khả năng suy nghĩ của bé cũng sẽ theo đó phát triển.

Trò chơi ngày hôm nay: Vỗ tay

Mục đích

Rèn luyện khả năng bắt chước.

Phương pháp

Mẹ và bé ngồi đối diện với nhau, mẹ cầm tay bé vừa vỗ vừa nói: “vỗ vỗ tay, bàn tay nhỏ, nó là bạn tốt của con.” Sau khi làm đi làm lại nhiều lần, bảo bé “vỗ vỗ tay”, bé sẽ tự mình vỗ tay.

Lời khuyên của chuyên gia

Giai đoạn này, bé hoạt động nhiều hơn. Những nguy cơ khiến bé bị bỏng cũng tăng lên: mâm thức ăn, bàn là, bình nước nóng, cốc nước nóng... đều có thể gây nên những vết bỏng cho bé.

NGÀY THỨ 202

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể ngồi một cách vững vàng. Cần phải rèn luyện khả năng đứng và đi của bé, để bé hoàn thiện khả năng giữ thăng bằng và sự phối hợp giữa cơ thể và tay chân trong điều kiện không có điểm tựa. Cần phải cổ vũ bé để bé có lòng tin và sự dũng cảm, không sợ ngã. Hãy để bé cảm nhận được việc tự do đi lại là rất vui.

Trò chơi ngày hôm nay: Đứng ở trên người bố

Mục đích

Rèn luyện các cơ ở phần chân và bàn chân, luyện tập khả năng giữ thăng bằng.

Phương pháp

Bố ngồi hoặc quỳ trên thảm, bé đứng thẳng với chân bố

gắn chỗ đầu gối. Bố kéo hai vai bé để bé dựa vào ngực bố; cho đến khi mặt bé sát với mặt bố, bố thơm để tỏ lòng yêu thương bé.

Lời khuyên

- ❖ Trò chơi này có thể khiến sức ép mà bàn chân phải chịu chuyển từ mắt cá chân sang mũi chân, lúc này bàn chân trở nên linh hoạt hơn.
- ❖ Các ngón chân được vận động, có thể kích thích thần kinh vận động.
- ❖ Sau khi luyện tập thành thục, có thể thực hiện một cách cẩn thận động tác “ngiên trước ngã sau” với cường độ lớn hơn một chút.
- ❖ Cũng có thể mẹ đỡ dưới nách bé, để bé đứng trên chân bố nhún nhảy, hoặc nắm lấy hai tay bé để bé dùng sức đứng dậy thử làm tư thế bước đi, như vậy có thể luyện tập xương và cơ bé, đẩy nhanh sự phát triển.

NGÀY THỨ 203

Bé lớn lên và rèn luyện

Tay bé linh hoạt hơn, bé chủ động cầm nắm đồ vật và cho vào miệng gặm.

Trò chơi ngày hôm nay: Cầm lấy và ăn

Mục đích

Luyện tập tính nhịp nhàng của tay.

Phương pháp

Bé có thể cầm đồ vật một cách chuẩn xác hơn, các ngón tay của bé trở nên khéo léo hơn. Bé có thể thay đổi những đồ vật từ tay này sang tay khác, có thể cầm một đồ vật khác khi mà trong tay đã có sẵn một đồ vật.

Bé có thể go đồ chơi xuống bàn, dùng thìa tự xúc cho mình một cách càng ngày càng chuẩn hơn. Bé có thể ăn một số thức ăn đơn giản như các loại bánh quy. Mẹ có thể đặt trước mặt bé một đĩa thức ăn rồi bỏ đi, để bé tự ăn. Khi mới bắt đầu để bé dùng tay lấy, sau cùng để bé dùng thìa. Mang đến cho bé các loại đồ ăn thuận lợi cho việc bé dùng tay lấy và ăn. Để hoàn thiện kỹ năng cầm đồ vật của bé, có thể lấy một miếng pho mát cắt nhỏ để bé có thể cầm được.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi chơi trò chơi này, mẹ cần phải chú ý, đồ ăn hoặc đồ vật dạng hạt nhỏ không nên đưa cho bé, càng không được để bé lấy được những đồ vật này cho vào miệng.

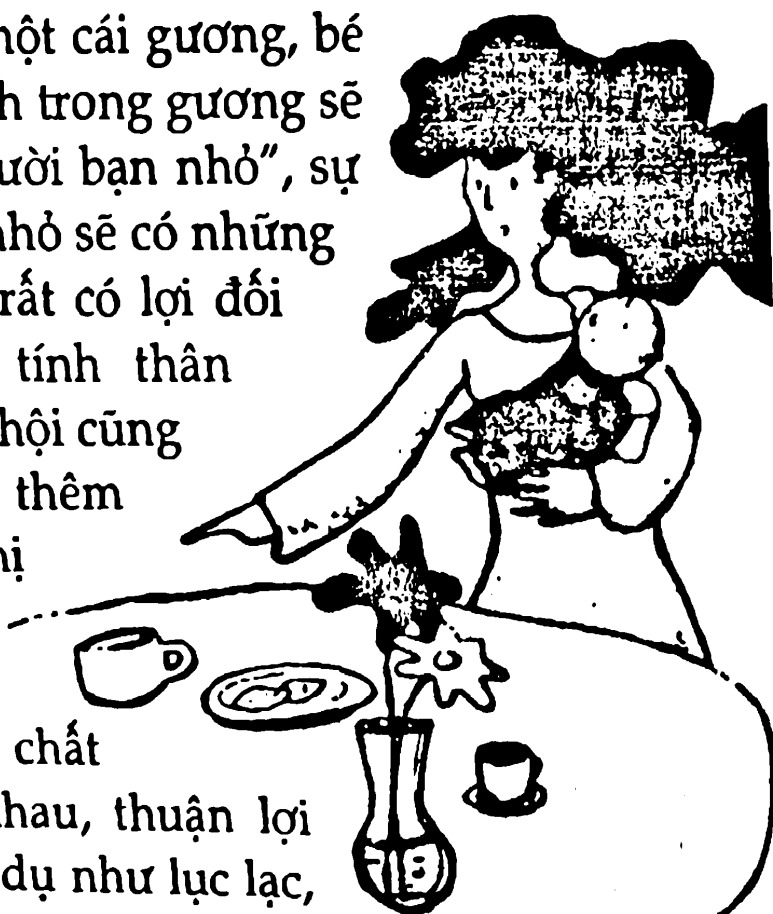
NGÀY THỨ 204

Bé lớn lên và rèn luyện

Mẹ có thể chọn lựa một vài loại đồ chơi dưới đây cho bé sáu tháng:

- Chuẩn bị cho bé một cái gương, bé nhìn thấy hình ảnh mình trong gương sẽ cho rằng đó là “một người bạn nhỏ”, sự gần gũi của người bạn nhỏ sẽ có những phản ứng tích cực, và rất có lợi đối với việc nuôi dưỡng tính thân thiện, hài hòa trong xã hội cũng như làm phong phú thêm những thể nghiệm thị giác cho bé.

- Chuẩn bị cho bé các loại đồ chơi với chất liệu, màu sắc khác nhau, thuận lợi cho việc cầm nắm, ví dụ như lục lạc,



bóng bàn, quả hồ đào, chiếc hộp tròn nhỏ bằng kim loại, con lật đật, khối gỗ nhỏ hình vuông, thìa nhỏ, ống thổi hoặc các con thú bằng cao su, cuộn nhung hoặc cuộn len.

- Có thể chọn lựa cho bé một số đồ chơi to hơn một chút như những chiếc vòng nhiều màu sắc, lắc tay, lắc chân, cuộn vải mềm, và một số đồ chơi bằng nhựa có thể gõ, cầm nắm, có thể phát ra thanh âm, những tấm thẻ nhiều màu sắc sắc sỡ.

- Có thể chọn lựa các loại đồ chơi bằng len, nhưng để khi sờ tay vào có cảm giác êm dịu, tạo hình đơn giản, có thể tích lớn tương đối lớn đặt ở trên giường hoặc bên cạnh bé.

Khi bé hứng thú với môi trường xung quanh, có thể chọn lựa những loại đồ chơi có màu sắc tươi mới, hình ảnh phong phú, dễ cầm nắm, có thể phát ra những âm thanh. Ví dụ trống bỏi, đồng hồ báo thức nhỏ, tất và khăn lụa có màu sắc tươi mới.

Thực tế, bé coi những đồ vật có thể chơi được là đồ chơi, mẹ có thể dùng những vật dụng bên cạnh mình để chơi với bé ví dụ như giấy, hộp, khăn tay...

Trò chơi ngày hôm nay: Xem bên trong có cái gì

Mục đích

Bồi dưỡng tính hiếu kỳ, luyện tập các ngón tay.

Phương pháp

Đưa cho bé một hộp giấy đậy kín, bên trong đặt một số đồ vật. Mẹ lắc lắc cái hộp sao cho nó phát ra âm thanh, bé sẽ nghĩ cách để mở hộp.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi bé biết lẫy, biết bò, mẹ phải chú ý trông nom bé cẩn thận, đừng để bé ngã.

NGÀY THỨ 205

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trở nên hết sức hoạt bát và đáng yêu. Cho bé nghe những bản nhạc hay và những bài hát thiếu nhi, khiến bé cảm thụ được ngôn ngữ nghệ thuật của âm nhạc, cảm thụ được cái đẹp của âm nhạc, dùng âm nhạc để gợi mở trí tuệ và năng lực của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe nhạc, nháy thoăn thoắt

Mục đích

Bồi dưỡng khả năng nghe và cảm thụ âm nhạc.

Phương pháp

Mẹ chuẩn bị băng ghi âm và CD nhạc, các khúc đồng dao có tiết tấu nhanh rõ ràng, mở nhạc, sau đó bế bé nháy múa xoay vòng, toàn thân chuyển động theo điệu nhạc, đồng thời vỗ tay.

Chú ý

Bé rất thích cùng mẹ lắc lư cơ thể. Có thể chơi trò này mọi nơi, mọi lúc.

Lời khuyên của chuyên gia

Không để cho bé cầm các vật dài, nhọn: kem que, kẹo mút, chiếc đũa... để tránh những tổn thương nghiêm trọng.

NGÀY THỨ 206

Bé lớn lên và rèn luyện

Có thể kiểm tra khả năng nói của bé:

- Bé có vẻ như là đang nói chuyện với bố mẹ, chỉ là không rõ thôi.

- Bé thường xuyên phát ra rất nhiều thanh âm không giống nhau.

Trò chơi ngày hôm nay: Gà trống gáy ò ó o...

Mục đích

Dẫn dắt bé học phát âm.

Phương pháp

Mẹ và bé mặt đối mặt, mẹ hát bài hát thiếu nhi: gà trống gáy ò ó o. Sau đó mẹ làm khẩu hình thể hiện tiếng “ò ó o”, rồi tiếng “chiêm chiếp”, để bé bắt chước.

Lời khuyên của chuyên gia

Không đặt bé ngủ trên giường đệm nước. Đệm nước sẽ tạo nếp gấp ôm lấy mặt bé, khiến bé nghẹt thở, bé còn có thể bị kẹp giữa đệm và giường.

NGÀY THỨ 207

Bé lớn lên và rèn luyện

Khả năng bắt chước của bé ngày càng được nâng cao. Bé sẽ bắt chước một số động tác đơn giản của mẹ. Đây là một bước nhảy vọt trong khả năng học hỏi của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Bé đi đâu rồi?

Mục đích

Nâng cao khả năng bắt chước của bé.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên thảm đối diện với mẹ, đặt một chiếc khăn mềm và sạch trên đầu bé, rồi hỏi: “Con đi đâu rồi? Con đi đâu rồi?” Có lẽ, khi mới bắt đầu bé sẽ cảm thấy rất vui rồi

kéo “tắm khăn che đầu” xuống đồng thời phát ra tiếng lanh lanh. Nếu bé không như vậy, mẹ sẽ thay bé mở tắm vải ra và tự nói: “Con ở đâu rồi?Ồ, hóa ra con ở đây! Con ở đây à!”

Tiếp theo, mẹ lấy “tắm vải” che lên đầu mình, rồi hỏi bé: “Mẹ đâu rồi nhỉ? Mẹ đâu rồi nhỉ?”. Mẹ nên khích lệ bé bắt chước theo, rồi kéo “tắm vải che” xuống. Nếu bé làm như vậy, phải khen ngợi bé ngay: “A hà! Con tìm được rồi! Mẹ ở đây này!”

Lời khuyên của chuyên gia

Cẩn thận với các túi nhựa mỏng vì nếu các bé nếu lấy được túi nhựa, có thể trèo lên đầu gây ra nghẹt thở. Vậy nên, cần cất giữ cẩn thận những túi nhựa này, đừng để bé lấy được.

NGÀY THỨ 208

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể cầm chắc đồ vật, nhưng bé cầm được rồi lại thả ra, thích chơi với tóc hoặc trang sức của mẹ không rời tay.

Trò chơi ngày hôm nay: Đẩy đồ chơi

Mục đích

Luyện tập động tác ngón trỏ, thúc đẩy sự phát triển cơ.

Tiền đề

Có thể đặt ngón trỏ vào trong lỗ.

Phương pháp

Để bé ngồi, mẹ dùng tay cầm lấy ngón trỏ của bé, dạy bé cách đẩy đồ chơi, ví dụ như: đĩa quay nhỏ, phím nhỏ, bàn tính, khiến đồ chơi chuyển động hoặc phát ra âm thanh, tạo ra niềm hứng thú cho bé hoặc tự tạo một cái hộp giấy cứng để cho bé luyện tập thò tay qua lỗ. Trên mặt hộp dán những hình vui

nhận hoặc vẽ lên mặt của những con thú nhỏ, phía trên đục một cái lỗ nhỏ, để bé dùng ngón tay trở thò tay qua đó.

NGÀY THỨ 209

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn sáu tháng có thể biết được tên của mình, nếu gọi bé mà bé không có phản ứng gì, mẹ nên nói với bé rằng: “Bống (...) là tên của con, vừa rồi là mẹ gọi con đó!” Sau đó lại gọi bé, nếu bé có phản ứng thì phải khích lệ bé ngay, và ôm hôn bé, làm đi làm lại nhiều lần, bé nghe thấy tên mình sẽ có phản ứng liền.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi gọi tên

Mục đích

Hiểu được cách dùng tên để xưng hô.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên sàn, mẹ đứng ở bên trái bé cách bé 3m, trong tay cầm món đồ chơi mới hoặc có thể là những đồ vật phát ra âm thanh, gọi tên bé nhiều lần, cho đến khi bé quay đầu lại chú ý mẹ. Khi bé nhìn mẹ, mẹ lắc món đồ chơi trong tay đồng thời làm cho bé cười.

Sau đó mẹ chuyển đến phía sau lưng bé hoặc là đứng ở nơi cách bên phải bé 3m, lặp lại trò chơi như trên. Quan sát khi mẹ gọi tên bé, bé làm thế nào để xoay đầu hoặc xoay người lại nhìn mẹ.

Mẹ còn có thể đứng ở vị trí xa hơn một chút, hoặc là trốn rồi gọi tên bé, xem bé phản ứng như thế nào, đồng thời để bé bò lại tìm mẹ.

Mẹ cũng nên thường xuyên gọi tên bé trong khi ăn, khi chơi... Khi nói chuyện cùng với bé cha mẹ nên tự xưng hô là “mẹ” hoặc “bố”, đồng thời gọi tên hoặc tên thân mật

của các bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé rất hứng thú với môi trường xung quanh. Bố mẹ cần phải cất giữ cẩn thận các đồ vật lặt vặt, và các đồ vật bé không nên cầm nắm.

NGÀY THỨ 210

Bé lớn lên và rèn luyện

Dưới đây là các chỉ tiêu đánh giá khả năng trí tuệ ngôn ngữ của bé:

- ❖ Nghe hiểu được tên của bản thân, khi được gọi, bé sẽ quay đầu lại.
- ❖ Hiểu các từ “không” hoặc “đừng đụng vào nó”, đồng thời có những phản ứng chính xác.
- ❖ Có thể phân biệt được tên những người trong gia đình và tên gọi một số đồ vật quen thuộc.
- ❖ Có thể chơi một số trò chơi ngôn ngữ với người lớn.
- ❖ Có thể sử dụng lưỡi và môi phát ra ra thanh âm phi ngôn ngữ.
- ❖ Cố gắng bắt chước người khác phát ra lời nói.
- ❖ Liên kết một vài lời nói thành một trò chơi.
- ❖ Có thể phát ra một số âm tiết hết sức đơn giản.
- ❖ Bắt đầu sử dụng động tác để giao lưu, ví dụ như vẫy tay biểu thị sự tạm biệt.

Ngoài ra, trong tháng này thông qua luyện tập, bé có thể ngồi được, bò được, có thể lấy đồ chơi bỏ vào miệng; bộc lộ sự thích và không thích; có thể hiểu nghĩa một số từ đơn giản, có thể nhớ được 3 - 4 người quen đã chia tay trong vòng một tuần; có thể sử dụng thanh âm và động tác biểu thị muốn đi tiểu tiện, đại tiện.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với nước

Mục đích

Luyện tập phát âm.

Phương pháp

Đặt bé vào trong bồn tắm, pha nước ấm khoảng 35°C~36°C, nước để ngập đến ngực bé. Mẹ đưa cho bé một con vịt. Bé sẽ vui đùa, đập đập tay trong nước, mẹ vừa chơi cùng bé vừa hát:

Một con vịt xò ra hai cái cánh

Nó kêu rằng quác quác quác, quạc quạc quạc

Gập hồ nước nó bì bà bì bõm

Lúc lên bờ vẫy cái cánh cho khô.

NGÀY THỨ 211

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn sáu tháng, bắt đầu thích nhìn, nghe, sờ, gặm các đồ vật. Một số đồ chơi không thích hợp với bé hơn sáu tháng tuổi để tránh phát sinh nguy hiểm.

Trò chơi ngày hôm nay: Thể dục cho bé

Mục đích

Rèn luyện sức khỏe.

Phương pháp

Hai tay mẹ nắm chắc cổ tay bé, ngón cái đặt vào lòng bàn tay bé, để bé nắm lấy. Hai cánh tay bé đặt hai bên cơ thể. Mẹ kéo hai cánh tay bé giơ ngang trước ngực. Kéo nhẹ hai cánh tay bé giơ nghiêng lên trên, sau đó để mu bàn tay sát xuống giường. Lặp lại động tác.

Khi bé giơ hai tay ngang phía trước, khoảng cách hai tay rộng bằng hai vai, động tác cần phải nhẹ nhàng, khi giơ nghiêng lên trên cũng cần phải nhẹ nhàng khiến hai cánh tay bé từ từ duỗi thẳng.

NGÀY THỨ 212

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích dùng tay chọc khắp nơi, cũng thích chọc mũi, mắt, mồm, tai của người khác. Bố mẹ có thể mua một số đồ chơi để bé cầm nắm, chọc.

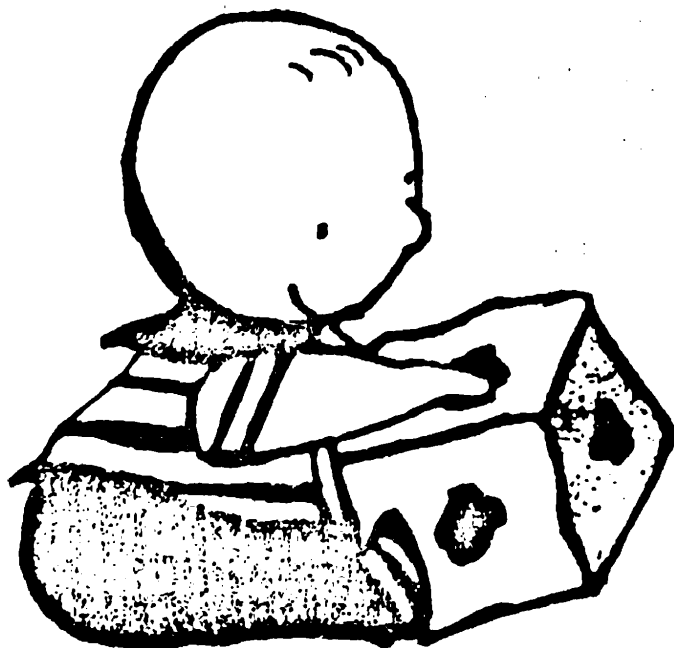
Trò chơi ngày hôm nay: Thò qua lỗ

Mục đích

Luyện tập động tác các ngón tay.

Phương pháp

Dùng một cái hộp giấy, khoét một lỗ nhỏ để bé chọc tay qua cái lỗ đó.



Đánh giá sự phát triển của bé ở tháng thứ bảy

- ❖ **Động tác lớn:** Để bé tự ngồi trên giường, đưa cho bé một món đồ chơi, bé có thể tự mình ngồi trong mười phút mà không cần dùng tay chống. Đỡ lấy hai cổ tay bé, để bé đứng thẳng, bé có thể đứng thẳng khoảng hơn mười phút.
- ❖ **Động tác tinh tế:** Để bé ngồi trên giường, đặt một khối gỗ ở nơi mà bé có thể giơ tay ra bắt được, bé có thể dùng các ngón tay bắt lấy khối gỗ. Bé ngồi yên rồi, để một gói bắp rang bơ trên mặt bàn, bé sẽ dùng tay với lấy. Đưa bé một món đồ chơi có chuỗi, mẹ diễn thử việc dùng đuôi gỗ vào khối gỗ, bé cũng sẽ bắt chuỗi gỗ vào đồ chơi khác bằng món đồ chơi đang cầm trong tay.
- ❖ **Khả năng nhận biết:** Mẹ đối diện với mặt bé, giấu một món đồ chơi dưới quần áo, bé có thể tìm thấy. Có thể bắt chuỗi mẹ vỗ tay. Khi mẹ nói về một đồ vật mà bé biết, bé sẽ chú ý nhìn nó, hơn nữa sẽ dùng các ngón tay.
- ❖ **Lời nói:** Khi bé vui sướng, có thể phát ra những phát âm của bố mẹ, nhưng không chỉ ra được hướng của bố mẹ. Khi mẹ hỏi bé: Bố đâu rồi? Bé có thể quay đầu hướng về phía bố.
- ❖ **Hành vi tính tình và xã hội:** Khi bé nhìn thấy người thân, sẽ chủ động yêu cầu được bế.

THÁNG THỨ TÁM

- Bồi dưỡng khả năng giao lưu xã hội cho bé
- Chú ý an toàn cho bé
- Sáng tạo không gian vận động cho bé
- Dạy bé cách cầm thìa và dùng đũa, uống nước
- Giúp bé đứng thẳng lên, để bé bò nhiều hơn, chơi nhiều loại đồ chơi khác nhau
 - Dạy bé một số động tác trong lễ tiết xã hội, ví dụ như vỗ tay biểu thị “hoan nghênh”, vẫy tay biểu thị “tạm biệt”.
 - 7~8 tháng là thời kỳ then chốt trong sự phát triển khả năng bò của trẻ nhỏ

NGÀY THỨ 213

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn bảy tháng, trọng lượng cơ thể bé tăng trưởng chậm lại. Trọng lượng cơ thể bé trai khoảng 8,8kg, còn trọng lượng cơ thể bé gái khoảng 8kg. Nếu bé quá gầy, ví dụ như bé chỉ khoảng hơn 6kg, nên mời bác sĩ kiểm tra. Bắt đầu bò, từ nằm ngửa có thể ngồi lên.

Bé hứng thú đối với những đồ vật nhỏ, những đồ vật sẽ bắt được sẽ cho vào miệng. Bé muốn cố gắng lấy đồ vật thứ ba. Bé có thể liên hệ hình vẽ trên giấy và vật thực.

Trò chơi ngày hôm nay: Giấu kho báu

Mục đích

Rèn luyện xúc giác của bé.

Phương pháp

Chọc một lỗ tròn trên thùng giấy. Trong thùng giấy đặt các loại đồ vật, cho bé thò tay vào thùng sờ những đồ vật đựng bên trong thùng, nếu bé thích thì có thể cho bé lấy ra, kích thích xúc giác, rèn luyện khả năng cảm nắm của bé.

NGÀY THỨ 214

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trai được hơn bảy tháng có chiều cao trung bình khoảng 70cm, còn bé gái khoảng 68cm. Bình quân chu vi vòng đầu của bé trai khoảng 44,6cm, bé gái khoảng 43,5cm.

Bé sang tháng thứ bảy, có sự phát triển rõ rệt về lượng vận động, phương thức vận động cũng như hoạt động tâm lý. Mẹ cần phải tăng cường lượng vận động cho bé, nhằm nâng cao thể chất của bé. Ngoài việc thường xuyên đưa bé ra bên ngoài hoạt động, mỗi ngày còn cần phải tập thể thao.

Trò chơi ngày hôm nay: Thể thao cho các bé

Bài thể thao 1: Hai tay mẹ nắm chắc cổ tay bé, đặt ngón trỏ vào lòng bàn tay bé để bé nắm lấy. Hai cánh tay bé được đặt ở bên cơ thể. Kéo nhẹ tay trái đến trước ngực, xoay một vòng hướng ra ngoài dọc theo tai trái, sau đó đặt tay xuống giường về vị trí cũ. Kéo nhẹ tay phải bé đến trước ngực, lại xoay một vòng hướng ra ngoài dọc theo tai phải, sau đó cũng đặt tay xuống giường về vị trí cũ. Lặp lại động tác nhiều lần, nhưng tập luyện cho tay xoay vòng hướng ngược lại vào trong. Yêu cầu khi một tay xoay vòng, nên lấy các khớp vai

làm trọng tâm, động tác cần phải nhẹ nhàng, mềm mại.

Bài thể thao 2: Hai tay mẹ nắm chắc cổ tay bé, đặt ngón trỏ vào lòng bàn tay bé để bé nắm lấy. Kéo nhẹ hai tay bé giờ ngang bằng hai bên thân, lòng bàn tay hướng lên trên, mu bàn tay sát giường. Sau đó đan chéo hai tay trước ngực, đồng thời chạm nhẹ phần ngực. Làm lại như thế từ đầu.

Bài thể thao 3: Đặt bé nằm ngửa, hai chân duỗi thẳng, hai tay mẹ nắm chắc lấy cổ chân bé, gập chân trái bé đến phần bụng. Rồi lại làm lại từ đầu. Sau đó gập chân phải bé đến phần bụng. Cũng làm lại như thế từ đầu. Lặp lại động tác nhiều lần.

Bài thể thao 4: Đặt bé nằm sấp, hai cánh tay duỗi về phía trước, hai khuỷu tay chống đỡ cơ thể, hai tay mẹ lần lượt nắm lấy cổ chân bé. Mẹ nhẹ nhàng nhấc hai chân bé lên, tạo một góc khoảng 45° giữa cơ thể và giường. Vẫn như thế. Mẹ nhẹ nhàng cầm phần khuỷu tay, nâng phần thân trên lên, tạo một góc khoảng 45° giữa cơ thể và mặt giường. Vẫn như thế. Lặp lại. Yêu cầu khi nhấc chân và nâng khuỷu, toàn thân bé cần phải thẳng, không được xiêu vẹo, để tránh tổn thương cột sống.

Bài thể thao 5: Hai tay mẹ nắm lấy cổ tay bé, đặt ngón trỏ vào lòng bàn tay bé để bé nắm lấy, sau đó kéo hai cánh tay bé đến trước ngực. Bé được khoảng 7~9 tháng dựa vào động tác dưới đây để tập. Mẹ kéo nhẹ hai cánh tay bé, khiến bé từ nằm ngửa chuyển sang ngồi. Cứ như vậy. Lặp lại.

Bài thể thao 6: Mẹ kéo nhẹ hai cánh tay bé chuyển từ nằm ngửa sang ngồi. Mẹ tiếp tục kéo hai cánh tay bé để từ ngồi chuyển sang đứng. Cứ như vậy. Lặp lại. Khi bé từ ngồi chuyển sang nằm, mẹ cần phải dùng tay đỡ phần sau đầu bé. Bé từ nằm chuyển sang ngồi, không phải do mẹ kéo dậy, mà chủ yếu do bé dùng sức dậy, mẹ cần phải thuận theo chiều hướng đó mà giúp bé. Nếu mẹ dùng lực kéo bé lên, sẽ làm tổn thương khớp của bé.

Bài thể thao 7: Bé đứng dậy hướng về phía trước đối diện với mẹ, mẹ một tay đỡ đầu gối bé, một tay đỡ phần bụng bé. Đặt trước mặt bé một món đồ chơi, dụ bé gập người về phía trước để nhặt đồ vật lên. Mẹ cần giúp bé một chút, để bé gập người về phía trước nhặt lấy đồ chơi trên giường. Cứ như thế. Lặp lại. Yêu cầu khi mẹ chỉ bảo các bé gập người về phía trước nhặt lấy đồ chơi, cần hết sức để bé chủ động dùng sức uốn cong và đứng thẳng.

Bài thể thao 8: Mẹ đỡ dưới hai nách bé, đứng thẳng đối diện nhau, dẫn dắt bé chủ động nhảy lên xuống. Mỗi lần có thể nhảy khoảng 5~6 lần, có thể nhảy lặp lại 2~3 lượt.

NGÀY THỨ 215

Bé lớn lên và rèn luyện

Bình quân chu vi vòng ngực của bé trai khoảng 44,7cm, còn bé gái khoảng 43,8cm. Bình quân bé trai khi ngồi cao khoảng 45cm, còn bé gái khoảng 43,7cm.

Thời gian đưa bé ra ngoài hoạt động, có thể tăng từ từ 1~3 tiếng. Mùa hè, tốt nhất là buổi sáng trước khi mặt trời mọc, buổi chiều sau khi mặt trời lặn; mùa đông, bố trí vào khoảng thời gian có ánh sáng mặt từ 9 giờ sáng đến 4 giờ chiều; mùa xuân và mùa thu, nên cố gắng đưa bé ra ngoài hoạt động nhiều hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Chim nhỏ bay

Mục đích

Rèn luyện tay chân.

Phương pháp

Ngoài trời, mẹ đỡ bé đứng thẳng, để bé học theo chim nhỏ dang hai tay ra, nhảy lên.

NGÀY THỨ 216

Bé lớn lên và rèn luyện

Hơn bảy tháng, bé đã biết cách khống chế hành vi bản thân. Lúc này, bố mẹ nên thoả mãn những yêu cầu hợp lý của bé, còn đối với những yêu cầu không hợp lý, dù là bé gào khóc to thế nào, cũng không thể đáp ứng. Ví dụ như, bé chuyển kênh tivi để ấn nút, nghịch công tắc đèn điện. Mẹ cần phải nghiêm mặt, xua tay cho bé thấy, nghiêm túc nói với bé “không được”. Bố mẹ cần phải cho bé biết phân biệt phải trái, đúng sai.

Trò chơi ngày hôm nay: Ném giấy

Mục đích

Dạy cho bé động tác ném, luyện tập sức mạnh của cánh tay.

Phương pháp

Chuẩn bị giấy nhiều màu sắc, quả bóng da nhỏ, chai rỗng bằng nhựa nhỏ, khối gỗ nhỏ...

Mẹ vo tròn giấy màu thành quả bóng nhỏ, đặt ngay trước mặt bé, để bé chú ý đến quả bóng. Mẹ nhặt quả bóng giấy lại, ném lại vài lần nữa, để bé phát hiện ra rằng quả bóng giấy nhỏ có thể lăn, chơi thật vui.

Đưa quả bóng giấy cho bé, để bé bắt chước theo động tác của mẹ ném quả bóng giấy ra.

Thay đổi đồ vật khác (ví dụ như quả bóng da nhỏ, chai rỗng bằng nhựa nhỏ, khối gỗ nhỏ...), để bé luyện tập động tác ném, bố mẹ có thể cổ vũ bé.

Lời khuyên

Cần hết sức bảo đảm vệ sinh những đồ chơi như bóng giấy, bình bằng nhựa.

Bố mẹ khi làm mẫu để bé bắt chước cần thu hút sự chú ý của bé vào các động tác của bạn.

NGÀY THỨ 217

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé bảy tháng có thể đưa đồ vật cho mẹ. Từ tám tháng, khả năng cầm nắm của bé đã chính xác hơn. Đến tháng thứ chín, bé không còn kẹp đồ vật vào giữa ngón tay và bàn tay, mà kẹp giữa ngón cái và ngón trỏ. Hơn một tuổi, bé có thể dùng ngón cái và ngón trỏ lấy được những vật rất nhỏ. Bé có thể chuyển một đồ vật từ tay này sang tay khác, cầm đồ bằng cả hai tay.

Trò chơi ngày hôm nay: Xé giấy

Mục đích

Phát triển động tác tỉ mỉ của tay.

Phương pháp

Mẹ dùng máy may chèn một hình tròn có đường kính 10cm trên tờ báo, sau đó ôm bé vào lòng, trước tiên mẹ lấy tờ báo, và xé hình tròn đó cho bé xem, sau đó để bé tự học cách xé hình tròn.

NGÀY THỨ 218

Bé lớn lên và rèn luyện

Hoạt động các ngón tay bé linh hoạt, khéo léo hơn nhiều. Hai tay bé có thể cầm hai đồ vật và gõ hoặc đập.

Trò chơi ngày hôm nay: Bên trong có gì vậy

Mục đích

Rèn luyện tính linh hoạt, khéo léo của tay.

Phương pháp

Đặt các loại khăn tay, vải, tất của các bé vào trong một chiếc hộp rỗng, để bé lấy từng thứ ra một.

NGÀY THỨ 219

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé hiểu những từ đơn giản ví dụ những vật dụng thường ngày. Bé có thể liên hệ ngôn ngữ và đồ vật với nhau. Muốn bé nhận biết một đồ vật, hãy để bé sờ, nhìn, đối với những đồ có thể ăn được thì cho bé nếm thử, đầu tiên phải để bé có cảm nhận, sau đó nhắc lại nhiều lần cho bé nghe tên của đồ vật đó.

Trò chơi ngày hôm nay: Chỉ và nhận biết đồ vật

Mục đích

Nhận biết vật và nói.

Phương pháp

Bạn có thể đưa bé đi khắp nơi, vừa chơi vừa dạy bé cách nhận biết một số vật dụng trong cuộc sống thường ngày, để chuẩn bị tốt cho bé "tài liệu thực tế về ngôn ngữ".

Mẹ chỉ ngọn đèn trong phòng và nói với bé: "Đèn! Đây là đèn! Bé nhớ nhé đây là đèn!". Chỉ giường và nói với bé: "Giường! Bé nhớ rõ, đây là giường! Giường dùng để ngủ!"... Dần dần bé có thể nhớ rõ một số đồ vật.

NGÀY THỨ 220

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn bảy tháng càng ngày càng hứng thú hơn đối với sự vật xung quanh. Bé thích sờ sờ, gõ gõ, có thể cầm lấy những đồ vật rồi cho vào miệng gặm. Mẹ cần phải chú ý bởi dưỡng thói quen sinh hoạt khoa học, quy củ. Như thế, bố mẹ có thể tiết kiệm rất nhiều thời gian và sức.

Trò chơi ngày hôm nay: Trốn mèo con

Mục đích

Rèn trí nhớ cho bé, phát triển tâm lý một cách toàn diện.

Phương pháp

Bé trốn trên giường, mẹ dùng khăn tay che mặt bé lại, đồng thời hô “1, 2, 3” rồi nhanh tay kéo khăn tay xuống, mẹ cười với bé thật tươi.

Mẹ ngồi đối diện với bé, dùng khăn tay che mặt bé lại, sau đó kéo khăn tay xuống, nói: “mẹ, mẹ”. Trò chơi này chơi quen rồi, bé sẽ kéo khăn tay che trên mặt mẹ xuống, bé sẽ cảm thấy rất vui sướng, và thích chơi lại.

Khi học đếm số, mẹ có thể dạy từ số 1 đến số 10, khi mẹ đếm đến 10, nhanh chóng kéo khăn tay xuống.

Mẹ cũng có thể sử dụng rèm cửa chơi trò trốn mèo con với bé, thông thường bé vui quá không biết mệt.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Khi chơi trò chơi, bé loại bỏ tình cảm tiêu cực, duy trì tình cảm tích cực. Thông qua trò chơi, bé phát triển nhận thức toàn diện.

NGÀY THỨ 221

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé hứng thú đối với các sự vật ở cự ly xa, và quan sát một cách tỉ mỉ hơn. Nên thường xuyên đưa bé ra ngoài chơi, để bé quan sát các loài động vật nhỏ, người qua lại, xe cộ, cây cối, hoa cỏ, những người bạn nhỏ.

Trò chơi ngày hôm nay: Đỡ và đứng lên

Mục đích

Luyện tập đứng và ngồi xổm.

Phương pháp

Cho bé dựa vào một cái bàn thấp để bé dựa vào đứng, cũng có thể cho bé chui dưới bàn để bò.

Lời khuyên của chuyên gia

Kiểm tra khả năng di động: Mẹ ngồi gần bé, giơ tay ra về hướng bé, gọi tên bé, hoặc là sử dụng đồ chơi mà bé yêu thích khích lệ bé đi lại chỗ mẹ. Nếu bé chưa làm được, mẹ cũng đừng lo lắng. Lắc lư cơ thể, giơ tay là sự chuẩn bị cho việc chuyển động cơ thể.

NGÀY THỨ 222

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sợ xa mẹ. Bé sẽ kêu lên để thu hút sự chú ý của mọi người. Sẽ đẩy đi những đồ vật mà bản thân không cần. Sẽ phản kháng.

Trò chơi ngày hôm nay: Ai là bố?

Mục đích

Giám sát khả năng lý giải ngôn ngữ của bé.

Phương pháp

Cả nhà ở trong cùng một phòng, rồi hỏi bé, bố đâu? Xem bé có thể chuyển hướng quay mặt sang phía bố hay không.

Lần đầu tiên ăn một loại đồ ăn nào đó bé thường từ chối, mẹ cần phải dỗ dành bé ăn. Ví dụ: "Đây là cà rốt! Thỏ trắng nhỏ thích ăn nhất là cà rốt. Thỏ trắng nhỏ nhai thật kỹ rồi nuốt thật là ngon".

NGÀY THỨ 223

Bé lớn lên và rèn luyện

Những ông bố bà mẹ trẻ lần đầu tiên nghe bé gọi bố, mẹ là một thời khắc xúc động lòng người. Bé được bảy tháng không những thường xuyên bắt chước bố mẹ tự phát ra song âm, mà còn có 50%-70% các bé có thể tự động phát ra âm tiết “bố, mẹ”. Khi bắt đầu bé không biết được đó có ý nghĩa gì, nhưng nhìn thấy bố mẹ rất vui sướng khi nghe thấy bé gọi “bố, mẹ”, khi gọi bố, bố sẽ hôn bé, khi gọi mẹ, mẹ sẽ hôn bé, bé cũng dần dần từ phát âm vô thức phát triển đến trình độ gọi bố, mẹ có nhận thức; điều này đánh dấu việc bé đã bước vào thời kỳ nhạy cảm trong việc học ngôn ngữ. Những ông bố bà mẹ cần phải nắm chắc lấy cơ hội giáo dục này một cách nhạy bén, mỗi ngày khi bé vui, đọc sách cho bé nghe, đọc bài hát thiếu nhi và chơi trò chơi ngôn ngữ.

Trò chơi ngày hôm nay – Chơi ngón tay, học bài hát thiếu nhi

Mục đích

Phát triển khả năng ngôn ngữ

Phương pháp

Mẹ ôm bé vào lòng, tay trái nắm lấy tay bé, tay phải vuốt ngón tay của bé, nhẹ nhàng nói, “ngón lớn làm anh, ngón thứ hai làm em, ngón giữa gõ, bốn anh em cùng chơi, sau đó nắm lấy tay bé, vừa đếm đầu ngón tay bé vừa nói: “Bé gái cũng phải đi đây”.

NGÀY THỨ 224

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé như hiểu mà không phải hiểu những sự vật xung quanh mình, mọi thứ đều hiểu kỳ, thường thích sờ cái này

chuyển cái kia, bắt chước người lớn làm việc. Do đó, bố mẹ cần phải chú ý mọi nơi để vớt bỏ những vật phẩm nguy hiểm và những vật cần có thể gây nguy hại cho bé. Ví dụ như, bình nước nóng cần phải đặt ở nơi bé không thể đụng vào được, hơn nữa cần thường xuyên nói cho bé biết cái này gây bỏng tay, không thể động vào; khi uống sữa ăn cơm cần phải chú ý nhiệt độ; khi ăn cơm cần hết sức đặt cháo nóng cơm nóng vào giữa, để phòng tránh cho bé nghịch ngợm bên bàn ăn mà gây ra bỏng. Gia đình nào nhóm lò, tốt nhất làm lưới phòng hộ xung quanh lò lửa, còn cần phải chú ý nhất thiết không thể đặt bé ở trong phòng một mình. Tóm lại, những thứ kiểu như nước nóng, cơm nóng, nồi nóng, nước, lò lửa đều cần phải đặt ở nơi mà bé không đụng vào được. Vì sự an toàn của bé, bố mẹ cần phải cẩn thận nhiều hơn nữa từ những việc nhỏ nhất nhất.

Trò chơi ngày hôm nay: Gõ gõ âm

Mục đích

Cảm thụ những âm thanh khác nhau phát ra từ những đồ vật khác nhau.

Phương pháp

Mẹ lấy hộp nhựa, lon sắt, bát thủy tinh úp trên bàn, rồi đưa cho bé một chiếc que nhỏ, để bé tùy ý gõ.

NGÀY THỨ 225

Bé lớn lên và rèn luyện

Bố mẹ không thể chỉ biết ôm bế bé, mớm sữa hoặc mua những loại đồ chơi đắt tiền, xem như là đã làm tròn trách nhiệm. Nên dành nhiều thời gian yêu thương, nói chuyện một cách dịu dàng với bé, tiến hành “việc tiếp xúc một cách

mật thiết với ngôn ngữ” mới quan trọng hơn nhiều. Tình yêu, là điều không bất cứ thứ gì có thể thay thế được.

Trò chơi ngày hôm nay: Gấu nhỏ đâu

Mục đích

Nhận biết vật.

Phương pháp

Đặt 10 món đồ chơi trong một chiếc hộp, trong đó có một con gấu nhỏ bằng vải nhung, mẹ nói với bé: “Gấu nhỏ đâu? Gấu nhỏ trốn đâu rồi? Bé tìm gấu nhỏ đi.” Để bé chọn lựa ra được gấu nhỏ từ đồng đồ chơi rồi, hãy khen ngợi bé.

NGÀY THỨ 226

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được 7~9 tháng, các động tác mạnh phát triển nhanh chóng, muốn bò, muốn đứng, hoặc bám vào lan can đi... Do đó, nên chuẩn bị cho bé mấy đôi giày, không những thuận lợi cho hoạt động, mà còn có thể đóng vai trò giữ ấm đôi chân. Giày được chọn lựa phải to nhỏ phù hợp, to hơn một chút so với chân bé là được rồi. Khi thử giày, sau khi để bé đi giày vào rồi, hãy đứng trên sàn, cả hai chân đứng thẳng. Để đầu ngón chân bé chạm vào mũi trước giày, sau đó có thể thò một ngón tay người lớn vào trong giày là được. Một đôi giày phù hợp sẽ khiến cho chân bé thấy thoải mái khi đi giày, thuận lợi cho các hoạt động. Ví dụ giày quá to, khi hoạt động sẽ không thuận tiện, rất dễ tuột giày, không có lợi cho việc rèn luyện các động tác. Giày quá nhỏ không có lợi cho sự phát triển của bé. Thậm chí sẽ gây nên sự phát triển không bình thường của hai chân, cũng ảnh hưởng đến việc rèn luyện động tác của bé. Bé trong những tháng này, chân phát

triển tương đối nhanh, thông thường mà nói cứ hai tháng phải đổi giày một lần, do đó, bố mẹ nên thường xuyên đo chân cho bé, kịp thời đổi giày phù hợp hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Bò về phía trước



Mục đích

Học bò.

Phương pháp

Bé nằm sấp, phần bụng sát giường, dùng cẳng tay đỡ phần thân trước, mẹ dùng tay đẩy

gót chân bé, để bé bò về phía trước, bắt lấy đồ chơi trước mặt.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé gọi mẹ, sẽ phát ra những thanh âm như “A! A! Ừ!” hoặc là sẽ trả lời lại bằng cách cười, lúc này, mẹ cũng cần phải trả lời bé bằng một số lời nói như “Ừ! Con ngoan.”, “Con cũng đang nói chào buổi sáng phải không?”. Sự hỏi đáp trong một trong thời gian ngắn giữa mẹ và con, không những có thể giúp bé học nói, cũng có thể làm tăng thêm khả năng giải thích của mẹ đối với ngôn ngữ của bé.

NGÀY THỨ 227

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn bảy tháng đã quen với việc ngồi chơi. Đặc biệt là khi ngồi trong bồn tắm tắm, lại càng thích nghịch nước hơn, dùng tay đập mặt nước, làm bắn ra rất nhiều nước. Nếu đỡ bé đứng lên, bé sẽ không ngừng nhảy.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với nước.

Mục đích

Rèn luyện các cơ.

Phương pháp

Mẹ bế bé ngồi vào trong bồn tắm, đặt một số đồ chơi có thể nổi trên nước, để bé đập nghịch nước ấm, bắt lấy đồ chơi. Hai mẹ con đều cảm thấy thật thoải mái và vui vẻ.



NGÀY THỨ 228

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn bảy tháng có thể bộc lộ nguyện vọng bản thân một cách rõ rệt, nhìn thấy những đồ vật yêu thích sẽ bò qua lấy hoặc giơ tay lấy. Cơ thể bé lúc đó càng linh hoạt hơn so với lúc được nửa năm tuổi, càng hứng thú sâu sắc hơn đối với sự vật xung quanh, tiếng cười cũng càng ngày càng nhiều, càng ngày càng rõ ràng, lại tiến thêm một bước nữa trong khả năng nhận thức thế giới xung quanh. Lúc này các bé muốn dùng đồ chơi hoặc nhờ một số đồ vật thường gặp, thường dùng trong cuộc sống giúp các bé phát triển một cách có mục đích, tăng cường hoạt động toàn thân và chân tay. Lúc này bố mẹ nên chơi với bé nhiều hơn, có thể chọn lựa một vài kiểu đồ chơi dưới đây cho bé:

Những đồ chơi dễ cầm nắm như quả bóng nhỏ, đồ chơi

có thể phát ra âm thanh, hoặc những đồ chơi giống với ô tô loại nhỏ có thể kéo đẩy, đồ chơi điện thoại, đàn gỗ nhỏ, trống nhỏ, nôi và đĩa kim loại, những đồ chơi bằng gôm khi mở ra có thể kêu két két và những quyển sách bằng vải không dễ bị xé hỏng.

Đồ chơi hình động vật, các loại bóng to nhỏ, nhiều màu và chất liệu khác nhau, những đồ chơi bơm khí có phần đáy lớn tương đối nặng nhưng có thể đẩy đổ, ví dụ như con trâu nhỏ bơm khí khi lắc phát ra thanh âm, có thể vừa kéo đi đồng thời phát ra nhạc hoặc những âm thanh giống thế, một số đồ chơi đập vào nhau có thể phát ra thanh âm, búp bê hình con dê và búp bê Barbie, đồ chơi hình con vật để dán, một số đồ chơi có thể đẩy kéo như ô tô loại nhỏ, cốc nhựa và bát nhựa bền, phễu và thìa.

Những đồ chơi phát triển thị giác, thính giác và xúc giác như: chọn lựa các loại mặt nạ có màu sắc tươi mới, các loại đồ chơi bằng nhựa có màu sắc sỡ, gương, thiệp, con vật nhỏ, các loại lục lạc, trống bỏi, hộp bát âm, chuông gió có thể phát ra thanh âm lọt tai, các loại đồ chơi có chất liệu khác nhau như búp bê bằng len nhung, đồ chơi nhỏ làm bằng lụa, đồ chơi cạnh giường ngủ, khối gỗ, bóng chơi trên bãi biển.

Trò chơi ngày hôm nay: Chọc lỗ

Mục đích

Trò chơi này giúp bé học cách giơ ngón tay ra chọc lỗ, luyện tập tính linh hoạt và lực của các ngón tay.

Chuẩn bị

Tự tạo một cái đĩa xoay bằng giấy và tự tạo một tấm bìa đã “có sẵn lỗ”.

Phương pháp

Bố lấy ra tấm bìa đã chọc sẵn lỗ và nói với bé: “Có rất

những lỗ nhỏ hợp thời thượng, chúng ta lại mở những lỗ nhỏ đấy ra nào.”

Sau đó, trước tiên bố trình diễn cho bé xem, dùng ngón trỏ mở những lỗ nhỏ.

Lại khích lệ bé luyện tập mở những lỗ nhỏ khác.

Lời khuyên

Cách làm khi tự tạo tấm bìa đã “có sẵn lỗ” là dùng kéo cắt một vài lỗ nhỏ hình tròn trên giấy thiếp, dán một vài miếng giấy mỏng nhiều màu sắc lên lỗ nhỏ hình tròn đó.

NGÀY THỨ 229

Bé lớn lên và rèn luyện

Bây giờ hai tay bé có thể phối hợp rất tốt, hoạt động nhịp nhàng, đổi đồ vật trong một tay chuyển sang tay khác, dùng cả hai tay chơi gõ trống, cảm thích cực kỳ thú vị và vui vẻ.

Trò chơi ngày hôm nay: Tự lấy đồ vật

Mục đích

Cho bé tập ngồi và lấy vật.

Chuẩn bị:

Đồ chơi hoặc những vật bé yêu thích.

Phương pháp

Để bé ngồi một mình.

Đặt những đồ chơi mà bé yêu thích ở trước mặt bé, khích lệ bé ngồi, và dùng tay lấy đồ vật.

Tăng dần độ khó, đặt đồ chơi ở bên trái rồi bên phải bé thậm chí là sau lưng, để bé lấy.

Điểm cốt yếu

Rèn cho bé ngồi một cách vững vàng, học được cách tự điều chỉnh cơ thể, đặc biệt là phần thắt lưng.

Chú ý

Đồ chơi không được đặt quá xa, đừng để bé phải trườn lại lấy đồ chơi.



Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Cần tránh những phát sinh ngoài ý muốn. Những phát sinh ngoài ý muốn xảy ra rất nhanh, rất bất ngờ, thường bắt nguồn từ những bất cẩn rất nhỏ.
- ❖ Không để bé trong bồn tắm một mình, cho dù là bồn chỉ có rất ít nước.
- ❖ Cửa ra vào, cửa nhà tắm, cửa tủ không nên sử dụng chất liệu thủy tinh.
- ❖ Không dùng khăn trải bàn.
- ❖ Không để thuốc hóa học, bật lửa ở những nơi mà bé có thể với tới.
- ❖ Cẩn thận với nước sôi. Nước sôi trong ấm sau một tiếng vẫn có thể gây bỏng cho bé.
- ❖ Đặt bàn là ở nơi cao.
- ❖ Thắt dây an toàn cho bé khi ngồi trên xe ô tô.

NGÀY THỨ 230

Bé lớn lên và rèn luyện

Trí nhớ của bé phát triển rất nhanh. Khả năng học tập của bé cũng được nâng cao.

Trò chơi ngày hôm nay: Bò đuổi theo bóng

Mục đích

Tập bò về phía trước.

Phương pháp

Chuẩn bị cho bé một quả bóng da. Khi bé đụng phải bóng, bóng sẽ lăn và thu hút sự hứng thú của bé, bé sẽ bò đuổi theo bóng. Chú ý, bóng không được bơm quá căng, tránh để bóng sẽ lăn đi xa hơn, khiến bé hăng hụt vì đuổi theo trái bóng.

NGÀY THỨ 231

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé giao lưu với người thân nhiều hơn. Bé hứng thú khám phá xung quanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Qua núi

Mục đích

Tập bò.

Phương pháp

Mẹ nằm trên thảm, để bé bò đi bò lại qua người mẹ.

NGÀY THỨ 232

Bé lớn lên và rèn luyện

Khả năng bắt chước rất tốt. Động tác của tay, chân trở nên khéo léo hơn, bé có thể sử dụng công cụ.

Trò chơi ngày hôm nay: “Thùng thùng phèng phèng, thùng thùng phèng phèng!”

Mục đích

Phối hợp nhịp nhàng hoạt động của tay và mắt.

Những thứ chuẩn bị: trống nhỏ và chiêng nhỏ (nắp vung nổi và thìa nhỏ cũng được).

Phương pháp

Bé ngồi, đặt trống nhỏ và chiêng nhỏ trước người bé.

Mẹ gõ trống “thùng thùng phèng phèng, thùng thùng phèng phèng” để bé bắt chước, chỉ cần trống phát ra thanh âm. Mẹ vỗ tay khen ngợi bé để bé phấn khởi.

Mẹ hãy chú ý quan sát xem bé có thể phối hợp nhịp nhàng mắt nhìn - tay gõ hay không.

NGÀY THỨ 233

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé đã hiểu những lời đơn giản, có thể có những phản ứng trả lời đối với mệnh lệnh của người lớn. Khi nghe nhắc đến một vật nào đó, bé nhìn về hướng của vật được nhắc tới.

Trò chơi ngày hôm nay: Sờ mặt mẹ

Mục đích

Nhận biết năm giác quan, học tập quan hệ xã hội.

Phương pháp

Mẹ ôm bé thật tình cảm.

Cầm lấy tay bé, để bé sờ mặt mẹ, thơm mặt mẹ

Nói với bé: “Đây là mũi của mẹ”, “Đây là mắt của mẹ”.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Bạn có chọn lựa đồ chơi cho bé không?
- ❖ Đồ chơi cần phải phù hợp với đặc điểm phát triển của bé, phù hợp với khả năng của bé. Đồ chơi quá dễ hoặc quá khó không thể thu hút sự hứng thú của bé.

- ❖ Lưu ý: Đồ chơi là để cho bé chơi, mẹ không nên mua đồ chơi cho con theo sở thích của bản thân.
- ❖ Không chỉ mua duy nhất một loại đồ chơi. Ví dụ như bé trai thích ô tô, đồ chơi trong nhà chỉ toàn xe ô tô. Cần phải mua nhiều loại đồ chơi khác nhau, để bé mở rộng nhận thức bản thân.
- ❖ Không mua đồ chơi sắc nhọn, góc cạnh. Không cho trẻ chơi đồ chơi có sơn gây độc hại, hoặc có những phụ kiện nhỏ dễ rơi rụng.
- ❖ Không mua đồ chơi bị ô nhiễm.

NGÀY THỨ 234

Bé lớn lên và rèn luyện

Việc nghe và hiểu ngôn ngữ có ý nghĩa rất lớn đối với sự phát triển tâm lý của bé. Mẹ cần chú ý liên hệ giữa lời nói (ngôn ngữ) với đồ vật, động tác.

Trò chơi ngày hôm nay: Lựa chọn

Mục đích

Học cách chọn lựa.

Phương pháp

Sau khi bé biết bò và biết ngồi, phạm vi hoạt động rộng hơn, bé nhận biết được khá nhiều đồ vật. Chơi trò chơi này, giúp bé chọn ra cái mà bé yêu thích, rèn luyện khả năng để bé đưa ra quyết định.

Mẹ cầm hai chiếc thìa khác nhau, nói: “Con yêu, con muốn cái nào hãy chọn lấy một cái”. Để bé giơ tay chọn lấy cái mà mình muốn. Khi bé đã lựa chọn, hãy đưa cho bé và khen ngợi bé.

Dạy bé lựa chọn là bước khởi đầu của việc bồi dưỡng

khả năng tự chủ cho các bé, để bé có quyền tự quyết định hành động của mình, hình thành tính cách độc lập.

NGÀY THỨ 235

Bé lớn lên và rèn luyện

Những vật thể có màu sắc đẹp, sinh động đều có thể thu hút sự chú ý của bé. Động tác tay trở nên linh hoạt, bé thực hiện được các động tác phức tạp. Bé muốn lấy thìa để tự ăn cơm, muốn lấy cốc để tự uống nước, giơ tay để tự đi giày, đi tất, mặc áo... Tuy vậy, động tác của bé chưa khéo léo. Người lớn nên giúp bé một tay, để bé vui mừng khi bản thân làm được việc.

Hãy cho bé nhiều cơ hội luyện tập hơn, để bé có được sự mãn nguyện. Đừng thấy bé vụng về mà ngăn cản hay làm thay bé vì như vậy sẽ kìm hãm sự phát triển trí tuệ của các bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Bò dốc

Mục đích

Luyện tập động tác bò.

Phương pháp

Đặt gối trên thảm làm "chướng ngại vật" để bé bò lên.

NGÀY THỨ 236

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi lấy được đồ vật, bé sẽ lật tới lật lui, lắc, gõ, nhìn, thậm chí gặm đồ chơi, đó chính là nhận thức tích cực. Cha mẹ hãy tranh thủ giai đoạn bé nhận biết vật này để giúp bé phát triển trí tuệ cũng như các kỹ năng vận động khác.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhận biết vật

Mục đích

Nghe thanh âm để tập trung ánh mắt vào vật.

Phương pháp

Từ tháng này, mỗi tuần chọn lựa một, hai loại đồ vật để bé nhận biết.

Cần lựa chọn đồ vật mà bé yêu thích. Bé thường thích nhận biết những thứ phát sáng, biết chạy, có màu sắc tươi mới.



NGÀY THỨ 237

Bé lớn lên và rèn luyện

Cần chú ý bồi dưỡng khả năng quan sát của bé. Cần phải để bé quan sát cách biểu cảm của người lớn: vui, buồn, giận, khổ, sợ hãi. Khi bố mẹ nói chuyện với bé, hãy đối diện với bé, để bé chú ý đến khuôn mặt và cách bộc lộ tình cảm của người lớn.

Trò chơi ngày hôm nay: Gõ gõ, đánh đánh

Mục đích

Bồi dưỡng khả năng cảm nhận tiết tấu.

Phương pháp

Bé gõ vào đồ chơi để phát ra âm thanh. Đưa cho bé thìa, trống, lon kim loại, hoặc nhạc cụ khác, để bé tạo ra các kiểu thanh âm khác nhau.

NGÀY THỨ 238

Bé lớn lên và rèn luyện

Khả năng vận động của bé có tiến bộ rõ rệt, có thể dựa vào thành giường để lấy đồ vật, bé có thể kéo tay mẹ để đứng dậy. Khi bé đã đứng vững, bé có thể túm lấy mẹ để tập bước đi. Lúc này, tay bé nếu nắm chặt một cái gì đó sẽ không dễ dàng thả ra, khi mẹ bế bé, bé sẽ nắm chặt lấy tóc và vạt áo mẹ. Đặc điểm này đối với bé mà nói, mẹ có thể đưa cho bé một món đồ chơi phù hợp với việc cầm nắm.

Trò chơi ngày hôm nay: Vò giấy

Mục đích

Tăng cường cảm giác của các ngón tay.

Phương pháp

Đưa cho bé các loại giấy khác nhau, ví dụ tờ báo cũ, giấy ăn, để bé vò, xé, bé sẽ có những cảm giác khác nhau. Chú ý không được dùng những loại giấy dai, sắc, không để bé cho giấy vào miệng.

NGÀY THỨ 239

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sẽ dùng tay và bụng làm điểm tựa để bò về phía trước; sẽ tự ngồi dậy, nằm xuống; sẽ dùng một chân chống đỡ trọng lượng cơ thể để đi về phía trước.

Bé có thể bám vào lan can đứng dậy; có thể ngồi rất giỏi; có thể dùng hai tay gõ đồ chơi, có thể đưa đồ chơi cho một người được chỉ định; dang rộng hai tay muốn người lớn bế; dùng các ngón tay bốc đồ ăn. Bé thích dùng tay chọc vào miệng, vào mũi mẹ. Có thể đưa cho bé một chiếc hộp giấy,

hoặc đồ chơi có lỗ có thể chọc tay vào. Lưu ý chọn đồ chơi mềm mại, không sắc cạnh vì có thể gây xước ngón tay bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Lấy ra

Mục đích

Luyện tập lấy đồ vật.

Phương pháp

Lấy một chiếc hộp rỗng cắt mấy cái lỗ, độ to nhỏ của lỗ phải phù hợp với tay bé để bé có thể thò vào để lấy đồ chơi ra. Đặt vào trong hộp mấy món đồ chơi, để bé lấy ra những đồ vật có trong hộp.

NGÀY THỨ 240

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể mỗi tay lấy một khối gỗ, rồi đập hai khối gỗ vào nhau; có thể dùng ngón cái và ngón trỏ nhón lấy hạt lạc; có thể nghe cách gọi tên rồi sau đó dùng ngón tay chỉ ra đồ vật tương ứng. Bé được hơn bảy tháng, đã có thể ngồi một mình, nên bắt đầu luyện tập cho bé bò để bé vận động toàn thân, rèn luyện ngực, bụng, eo và toàn bộ cơ ở chân tay, để chuẩn bị cho việc sau này bé đứng thẳng. Hoạt động bò giúp bé nhận thức thế giới xung quanh tốt hơn, thúc đẩy sự phát triển tâm lý.

Có những bé không thích vận động, có thể đặt trước mặt bé một vài đồ chơi chuyển động, thú vị để gợi mở, dẫn dắt bé bò.

Trò chơi ngày hôm nay: Nằm xuống, ngồi dậy

Mục đích

Rèn luyện khả năng vận động và giữ thăng bằng.

Phương pháp

- ❖ Bố ngồi xuống, dang rộng hai chân, bé ngồi trên chân bố.
- ❖ Kéo hai cánh tay của bé, làm động tác nằm xuống và kéo lên.
- ❖ Bé nằm trên chân bố, bố nhẹ nhàng nhấc lên nhấc xuống hai chân bé, bé sẽ cảm thấy rất vui, rất phấn khích.
- ❖ Bé rất thích chơi trò chơi này, sau này, bé sẽ chủ động chơi, chủ động ngả người ra rồi ngồi dậy.

Lời khuyên của chuyên gia

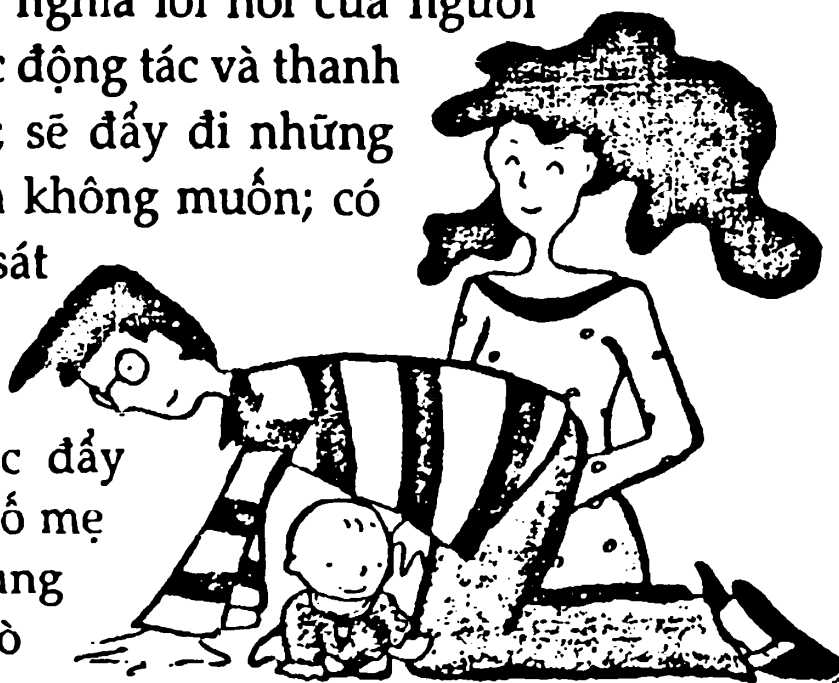
Thường xuyên chơi với bố, bé sẽ nhận thấy giữa bố và mẹ có sự khác biệt tinh tế: mẹ ôm ấp áp, dịu dàng - bố trù mển, mạnh mẽ.

NGÀY THỨ 241

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé hiểu được ý nghĩa lời nói của người lớn, có thể bắt chước động tác và thanh âm của người khác; sẽ đẩy đi những đồ vật mà bản thân không muốn; có thể chú ý quan sát hành động của người lớn.

Học bò sẽ thúc đẩy não bé phát triển. Bố mẹ có thể áp dụng phương pháp trò chơi rèn luyện động tác bò cho bé.



Trò chơi ngày hôm nay: Xuyên qua hang, bò lên núi

Mục đích

Tập bò, bồi dưỡng tình thân ái trong gia đình.

Phương pháp

Bố bò trên thảm, hai tay chống, phần bụng nâng cao, mẹ để bé “xuyên qua đường hầm”, bò qua dưới phần bụng của bố, bố nằm ngửa trên thảm, mẹ nói: “bò lên núi.” Để bé bò qua người bố.

NGÀY THỨ 242

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết bò biết ngồi, có thể đứng dưới sự trợ giúp của mẹ, sau đó có thể tự đứng thẳng. Đầu tiên để bé bám vào bàn, thành giường vững chắc để đứng, sau đó có thể để bé tự đứng một mình trong một lát, khi bé không giữ được thăng bằng, bố mẹ cần nhanh chóng để bé bám lấy, mỗi ngày luyện tập vài lần, khi bé đứng một mình tốt rồi thì vỗ tay, khen ngợi bé trước mọi người.

Trò chơi ngày hôm nay: “A... a... a!”

Mục đích

Tập phát âm.

Phương pháp

Bé ngồi vào lòng mẹ hoặc đứng bám thành giường. Mẹ cầm chắc lấy tay bé, nhẹ nhàng vỗ vào miệng mẹ, mẹ phát ra thanh âm “a... a... a”;

Lại nắm chắc lấy tay bé nhẹ nhàng vỗ vào miệng bé, mẹ phát ra thanh âm “a... a... a”.

Nếu bé có thể phối hợp tay, phát ra thanh âm “a... a”, đó là thành công của trò chơi này.

Lời khuyên của chuyên gia

Sự trưởng thành của bé có quy luật của nó, không thể quá miễn cưỡng, nóng vội.



Bài kiểm tra sự phát triển của bé ở tháng thứ tám

- ❖ **Động tác lớn:** Khi bé nằm sấp, đặt một món đồ chơi trước mặt bé, kích lệ bé bò về phía trước. Bé có thể dùng một tay và phần bụng làm điểm đỡ, bò về phía trước, lấy đồ chơi. Khi bé nằm ngửa, kích lệ bé ngồi dậy rồi lại nằm xuống, bé có thể chuyển sang nằm sấp, rồi lại chuyển sang ngồi, sau đó theo yêu cầu của mẹ lại nằm xuống. Khi bé bám vào lan can đứng, mẹ đứng trước mặt dùng đồ chơi dụ bé, bé có thể nhấc một chân lên, muốn đi về phía trước.
- ❖ **Động tác tinh tế:** Bé mỗi một tay cầm một khối gỗ, mẹ để bé đập gỗ vào nhau, có thể dùng khối gỗ ở một tay đập hai lần hoặc hơn vào một khối gỗ khác. Để bé lấy bắp rang bơ trên bàn, bé có thể dùng ngón cái và ngón trỏ nhón lấy bắp rang bơ.
- ❖ **Khả năng nhận biết:** Mẹ nói tên những đồ vật tương đối quen thuộc với bé, bé có thể chỉ ra đồ vật tương ứng.
- ❖ **Lời nói:** Có thể bắt chước động tác và phát âm.
- ❖ **Tính tình và hành vi xã hội:** Khi người lớn làm việc, bé sẽ trợn tròn mắt nhìn.



THÁNG THỨ CHÍN

- Bé có thể bám hai tay bước về phía trước
- Cần phải tăng cường hoạt động ngoài trời cho bé
- Cho bé xem sách, xem tranh ảnh nhiều hơn
- Bé có thể nghe, hiểu ý nghĩa những từ thường dùng
- Khi luyện tập, bé có thể hợp tác với mọi người để chơi
- Cần phải mở rộng không gian hoạt động cho bé
- Dạy bé học cách vỗ tay chào mừng, vẫy tay tạm biệt.

NGÀY THỨ 243

Bé lớn lên và rèn luyện

Trọng lượng bé trai khoảng 9,12kg, bé gái khoảng 8,49kg. Bé trai có chiều dài cơ thể khoảng 71,51cm, bé gái khoảng 69,99cm.

Mỗi một bên tay có thể lấy một khối gỗ, sau đó đập vào nhau. Có thể dùng động tác thể hiện sự chào mừng và tạm biệt. Dùng động tác bộc lộ thái độ không thích, không muốn. Bắt đầu lý giải ngôn ngữ của người lớn.

Bé dần dần học được cách liên hệ ngôn ngữ với một sự vật nào đó. Thực nghiệm chứng minh rằng, năm tháng bé có thể nghe được từ “tạm biệt”, sau đó làm động tác vẫy tay, mười tháng nghe nói từ “chào mừng”, sau đó làm động tác vỗ tay. Khi hỏi ngọt hay không, bé sẽ nhấp nhấp môi thể hiện là rất ngọt.

Trò chơi ngày hôm nay: Âm thanh từ đâu đến?

Mục đích

Kiểm tra khả năng nghe của bé.

Phương pháp

Đặt đồ chơi bằng nhựa dẻo có thể phát ra thanh âm bên cạnh bé, bóp cho đồ chơi phát ra thanh âm, dẫn dắt bé nhận biết và phân biệt hướng phát ra âm, sau đó di chuyển đồ chơi đến một hướng khác, như thế lặp lại vài lần, rèn luyện khả năng nghe của bé.

NGÀY THỨ 244

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trai khi ngồi cao khoảng 45,74cm, bé gái cao khoảng 44,65cm. Vòng đầu của bé trai khoảng 45,13cm, bé gái khoảng 43,98cm. Vòng ngực của bé trai khoảng 45,28cm, bé gái khoảng 44,40cm. Bé được chín tháng không cần đỡ cũng có thể ngồi rất lâu, đồng thời sẽ đổi từ tư thế ngồi sang bò. Nếu được đỡ tay, bé có thể đứng dậy, thậm chí có thể bám vào đồ vật để di chuyển. Động tác tay bé càng trở nên linh hoạt hơn, khả năng vận động cũng khỏe hơn, cũng có thể tiến hành những động tác bắt chước đơn giản. Lúc này bé vẫn chưa thể chơi cùng các bé khác.

Trò chơi ngày hôm nay: Búp bê và quả bowling

Mục đích

Tăng cường tính linh hoạt của tay.

Phương pháp

Nhe nhàng đẩy một quả bóng da to, lặp lại mấy lần, sau đó để bé bắt chước. Trong quá trình chơi, dạy bé sử dụng cổ

tay để đẩy, đồng thời nhắc lại nhiều lần để bé lĩnh hội được từ “đẩy”.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Không được ép bé luyện tập, nên thuận theo hứng thú của bé.
- ❖ Bé cần phải được tập luyện dưới sự bảo vệ của người lớn.
- ❖ Động tác cần phải chuẩn xác.
- ❖ Chú ý vấn đề an toàn, tránh những tổn hại ngoài ý muốn.

NGÀY THỨ 245

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được 36 tuần sẽ nghe được thanh âm quen thuộc xung quanh, đồng thời biết để ý tìm kiếm những tiếng động nhỏ ngoài tầm nhìn. Bé thích bí bô nói.

Trò chơi ngày hôm nay: Xem ảnh gọi mẹ

Mục đích

Luyện tập phát âm.

Phương pháp

Đưa cho bé xem ảnh của mẹ, sau đó nói “mẹ mẹ”, để bé chú ý nhìn khẩu hình của mẹ và bắt chước theo. Sau đó lại xem ảnh của bố, cũng giống như vậy để bé chú ý nhìn, dẫn dắt bé phát ra âm “bố bố”.

Cho bé xem tranh ảnh động vật như: gà, vịt, mèo, chó, dạy bé bắt chước tiếng kêu của những động vật này.

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé không những biết ngồi một mình, mà còn có thể chuyển từ ngồi sang nằm, bám vào lan can đứng dậy, đồng thời có thể chuyển từ đứng sang ngồi.

Khi nằm sấp, bé dùng tay và đầu gối bò rồi đứng dậy; bé có thể vỗ tay, có thể dùng tay chọn lựa đồ chơi mà bé yêu thích để chơi, nhưng bé vẫn thường gặm đồ chơi; bé có thể tự ăn bánh quy.

Khoảng từ tháng thứ tám đến tháng thứ mười, bé có thể càu, vỗ, trượt, chọc, cọ xát, gõ vào các đồ vật. Bé dùng tay tìm hiểu tất cả đồ vật, bao gồm cả đồ ăn, đồng thời trộn chúng vào nhau, có thể bôi quét hoặc đổ ra các vật chất dạng lỏng. Bé có thể cho vào miệng phần lớn các vật chất thể rắn một cách chuẩn xác, ví dụ như chân, ngón tay, đồ chơi bằng nhựa hoặc nắp.

Khi các thao tác của bé khéo léo hơn, bé lại không thích cho đồ vật cho vào trong miệng nữa mà thích chơi trò chơi bẻ bánh. Bé học được một số khả năng giao lưu xã hội, có thể dùng tay tạm biệt mọi người.

Trò chơi ngày hôm nay: Lòng bàn tay, mu bàn tay

Mục đích

Nhận biết tên gọi, phối hợp với động tác.

Phương pháp

Cho bé chơi trò đếm đầu ngón tay của bé. Tiếp đến mẹ nói “lòng bàn tay” rồi chỉ vào lòng bàn tay, nói “mu bàn tay”, rồi giơ tay ra biểu thị mu bàn tay, để bé bắt.

NGÀY THỨ 247

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể bắt chước người lớn phát ra từ đơn âm tiết, có bé phát âm sớm, đã có thể phát ra được từ song âm “mama”, “baba”.

Trước khi tròn một tuổi, bé nghe hiểu được rất nhiều, nhưng nói rất ít, bởi muốn nói cũng chưa nói được.

Trò chơi ngày hôm nay: Cưỡi ngựa béo

Mục đích

Rèn luyện sức khỏe, bồi dưỡng khả năng ngôn ngữ, tăng cường tình thân gia đình.

Phương pháp

- ❖ Có thể chơi ở trên thảm, trên giường hoặc trên bãi cỏ, trong lúc chơi cho bé nghe nhạc hoặc những bài đồng dao vui vẻ.
- ❖ Để bé ngồi trên gối, mẹ nhẹ nhàng kéo góc gối về phía trước, đồng thời đọc: “Cưỡi ngựa béo, ngựa phi nhanh, ngựa nhào, ngựa nhào!”

NGÀY THỨ 248

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé tỏ ra muốn khám phá những cái mới. Nhìn thấy mình trong gương, bé sẽ đến phía sau tấm gương để tìm kiếm.

Bé thích leo trèo, thích bám để di chuyển. Bé chưa biết cách bảo vệ bản thân, do đó, cần phải đặc biệt chú ý sự an toàn cho bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Nên bố trí một phòng dành riêng cho bé. Khi trang trí

phòng bé, cần phải chọn lựa những đồ trang trí không độc hại. Trong phòng bé, cần phải có vài cái tủ dùng để cất quần áo, đồ chơi cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Bắt chước trò chơi

Mục đích

Học cách giao lưu, phát triển tình cảm.

Phương pháp

Mẹ làm động tác "tạm biệt", "cảm ơn", "tốt" cho bé xem, sau đó, nắm lấy tay bé để bé bắt chước.

Mẹ bẻ búp bê, thơm búp bê, rồi nói với bé: "Con cũng bẻ búp bê nhé!" "Ồ, búp bê thích con bẻ kìa!"

NGÀY THỨ 249

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết bò, có thể tự thay đổi hướng bò. Biết đi tìm đồ chơi bị rơi. Bé biết quan sát hành vi của người lớn, có lúc sẽ soi gương và tự hôn lên gương mặt đang cười của mình.

Mục đích

Rèn luyện khả năng quan sát, hiểu được quan hệ logic giữa các sự vật, giải quyết các vấn đề đơn giản.

Tiền đề

Có thể bắt chước động tác đơn giản.

Phương pháp

Đưa cho bé hộp rỗng, kích thước to nhỏ khác nhau, dạy bé cách đặt hộp nhỏ vào trong hộp lớn.

NGÀY THỨ 250

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé nhút nhát trước người lạ, sợ phải tách rời bố mẹ, đặc biệt là mẹ, đây là biểu hiện tâm lý thông thường của bé, điều này nói lên rằng bé có thể phân biệt rõ ràng người thân, người quen và người lạ.

Trò chơi ngày hôm nay: Học động tác ra hiệu tay

Mục đích

Dùng tay để diễn đạt thay cho ngôn ngữ.

Phương pháp

Mẹ làm mẫu: vỗ tay là “tốt”, chấp tay biểu thị “cảm ơn”, “xin chào”, để hai cánh tay dang rộng biểu thị “lớn”, dùng ngón cái và ngón trỏ khép kín lại biểu thị “nhỏ”, còn có thể học thêm rằng khi giơ thẳng ngón trỏ lên biểu thị bé được “một tuổi”. Khi bé làm đúng, mẹ nhớ khen ngợi bé “thật giỏi”, để khích lệ bé học hỏi.

NGÀY THỨ 251

Bé lớn lên và rèn luyện

Cần phải để bé phát triển lành mạnh: “tắm” không khí, “tắm” nước ấm và “tắm” ánh sáng mặt trời.

Bé có thể biểu diễn cho người thân xem. Hứng thú đối với trò chơi của người khác. Bé có thể vỗ tay, tạm biệt, biết chơi bóng. Bắt đầu đoán tính tình của người lớn.

Trò chơi ngày hôm nay: Khua chiêng trống

Mục đích

Lý giải mối quan hệ logic giữa các sự vật. Bồi dưỡng cảm nhận về tiết tấu.

Phương pháp

Tay bé cầm một chiếc dùi nhỏ, gõ vào trống, trước tiên mẹ có thể gõ cho bé xem.

NGÀY THỨ 252

Bé lớn lên và rèn luyện

Nếu bé nhìn thấy người lạ, thường sẽ bất an và sợ hãi. Đối với bé tám tháng, đây là một phản ứng tâm lý thông thường. Để tâm lý bé phát triển lành mạnh, đừng để người lạ lại gần bé một cách đột ngột, bế bé đi. Không được rời xa bé ngay trước mặt người lạ, để bé không cảm thấy bất an.

Trò chơi ngày hôm nay: Xem ti vi

Mục đích

Bồi dưỡng khả năng chú ý, phòng tính nhút nhát trước người lạ

Phương pháp

Chọn lựa hình ảnh mà bé thích xem, thay đổi các chương trình tương đối nhanh, có âm thanh và hình ảnh đẹp, các chương trình quảng cáo. Không chọn lựa các chương trình có yếu tố rùng rợn, bạo lực. Khoảng cách giữa ti vi và bé ít nhất là 2m, thời gian cho bé xem tivi chỉ nên từ 2 đến 10 phút.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Cầu thang trong nhà nên có lan can
- ❖ Bàn, ghế, giường cần phải cách xa cửa sổ, để phòng tránh bé trèo lên cửa sổ.
- ❖ Thành giường của bé nên cao qua phần ngực bé, thành xe đẩy cũng cần cao một chút.
- ❖ Chú ý vệ sinh. Dọn dẹp sạch sẽ nơi bé bò.
- ❖ Không để bé ở một mình.

NGÀY THỨ 253

Bé lớn lên và rèn luyện

Trò chơi là phương thức giao lưu giữa bé và thế giới xung quanh. Trong quá trình chơi, bé từ từ hiểu được và xây dựng quan hệ giữa bản thân và thế giới xung quanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Lắc lư con lật đật

Mục đích

Nhận thức được sức mạnh bản thân, tìm hiểu mối quan hệ giữa bản thân và vật thể khách quan, bước đầu phát triển ý thức bản thân.

Phương pháp

Lấy một con lật đật có thể phát ra tiếng để dạy bé đẩy, trong quá trình chơi bé quan sát và khám phá ra rằng đẩy mạnh, thời gian lắc lư của lật đật sẽ lâu; đẩy nhẹ thì số lần lắc lư ít.

NGÀY THỨ 254

Bé lớn lên và rèn luyện

Tính nhút nhát trước người lạ là giai đoạn tự nhiên trong phát triển tâm lý của bé, thông thường sau một thời gian ngắn tính nhút nhát có thể tự mất đi.

Nên cho bé đi dạo phố, đi công viên, nghe đài, xem tivi... để bé đỡ nhút nhát trước người lạ.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo dây lấy vật

Mục đích

Lý giải quan hệ logic giữa các sự vật với nhau, phát triển khả năng giải quyết vấn đề.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên một chiếc ghế nhỏ bên cạnh bàn, trên

bàn đặt một món đồ chơi mà bé yêu thích, nhưng giờ tay ra không đủ để với tới được đồ chơi. Khi bé nhìn mẹ như cầu khiến, mẹ lấy một sợi dây nối với đồ chơi đặt vào tay bé, xem bé có biết cách kéo sợi dây lấy đồ chơi hay không. Mẹ có thể làm mẫu, để bé bắt chước.

Lặp lại trò chơi này nhiều lần, thường xuyên thay đổi màu sắc của sợi dây, và đặt lên bàn nhiều món đồ chơi khác nhau.

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ cần luôn chú ý đến lời nói và hành vi của mình, Không dùng “ngữ ngôn bạo lực” như: “Mày không ăn cho mày đói”, “Mày là một đứa trẻ hư”, “Mày cút ngay ra chỗ khác cho tao”... những lời nói như vậy làm tổn thương bé rất lớn.

Nếu bé nghe được những lời nói ôn hoà, tình cảm của bố mẹ, bé sẽ hết sức vui vẻ.

NGÀY THỨ 255

Bé lớn lên và rèn luyện

Cảm nhận đẹp nhất trong thời kỳ trẻ thơ chính là bắt nguồn từ các trò chơi. Trong các trò chơi, âm nhạc mang lại trải nghiệm về cái đẹp vô cùng phong phú bởi vì âm nhạc vốn dĩ mang giá trị thẩm mỹ.

Âm nhạc trong trò chơi khiến các bé đạt được khoái cảm thẩm mỹ, đồng thời cũng gợi mở những sáng tạo cái đẹp của các bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhà chỉ huy nhỏ tuổi

Mục đích

Rèn luyện cảm nhận tiết tấu.

Phương pháp

Chọn mở một đoạn nhạc tiết tấu trẻ trung. Bé ngồi trên chân mẹ, hai mẹ con cùng nhìn về một phía, mẹ cầm tay bé, nói: “Bé là chỉ huy dàn nhạc”. Hai mẹ con cùng nhau chơi trò chỉ huy dàn nhạc.

NGÀY THỨ 256

Bé lớn lên và rèn luyện

Không cần phải so sánh con mình với con nhà khác, bởi vì những bé có chỉ số thông minh giống nhau cũng sẽ có những biểu hiện không giống nhau hoàn toàn trong các bài kiểm tra, do đó, cũng cần có sự trợ giúp hoàn toàn không giống nhau.

Chỉ số thông minh không bao hàm kiểm tra về khả năng sáng tạo và nghệ thuật.

Bố mẹ cần coi trọng khả năng của bé, đồng thời tin tưởng rằng thông qua sự dẫn dắt và giúp đỡ hợp lý, trí tuệ và sức khỏe các bé sẽ được nâng cao.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo

Mục đích

Bồi dưỡng khả năng lý giải quan hệ giữa các sự vật, phát triển khả năng giải quyết vấn đề.

Dạy bé học bài hát thiếu nhi đơn giản, thúc đẩy sự phát triển ngôn ngữ.

Phương pháp

Đặt một món đồ chơi mà bé yêu thích ở trên bàn, nhưng để bé không với được. Khi bé đã cảm thấy sốt ruột, nối một sợi dây vào đồ chơi, xem bé có thể kéo sợi dây để lấy đồ chơi được hay không. Bố mẹ có thể làm mẫu, vừa kéo vừa tự

“sáng tác” một bài hát thiếu nhi “kéo, kéo, kéo sợi dây”. Hoặc “gấu nhỏ, gấu nhỏ (tên của đồ chơi) mau lại đây”. Dạy bé vừa hát vừa kéo sợi dây.

Lời khuyên của chuyên gia

Đến tháng thứ chín, nên tập cho bé uống bằng cốc. Trước tiên giúp bé chạm tay vào cốc, để bé uống từ từ từng chút một. Nếu bé không cẩn thận làm đổ hết đồ uống trong cốc cũng đừng trách mắng bé, vẫn nên tiếp tục cho bé luyện tập tiếp.

NGÀY THỨ 257

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé bò rất tốt, rất nhiều bé có thể bám tay đứng dậy. Tầm nhìn của bé được mở rộng.

Trò chơi ngày hôm nay: Bò núi lớn, bò núi nhỏ

Mục đích

Luyện tập động tác bò, rèn luyện khả năng cân bằng, tăng cường tình cảm mẹ con.

Phương pháp

Mẹ nằm trên giường, để bé bò từ bên này qua bên kia người mẹ.

Lấy chăn đã cuộn gọn gàng đặt ở một bên người mẹ, cách người mẹ khoảng cách bằng một cánh tay, để bé bò lại giữa chăn và mẹ, bò lên bò xuống.

NGÀY THỨ 258

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trong thời kỳ này, các kỹ năng vận động phát triển rất

nhANH, mẹ cần phải chú ý rèn luyện bé, những lại cũng cần phải phù hợp.

Trò chơi ngày hôm nay: Đuổi bắt

Mục đích

Luyện tập bò, rèn luyện khả năng cân bằng, tăng thêm tình thân.

Phương pháp

Mẹ bò đuổi theo con. Mẹ có thể giả vờ bò thật chậm, hoặc là giữa đường đột nhiên tăng tốc, tạo sự hồi hộp cho trò chơi.

Khi bò, bé có thể ngẩng đầu xoay cổ nhìn xung quanh, không những phần cơ cổ được luyện tập, mà cơ hội tiếp nhận những kích thích từ môi trường cũng nhiều hơn, có thể thúc đẩy sự phát triển của não.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Cần phải chú ý sự an toàn của bé.
- ❖ Cửa sổ cần phải có song chắn.
- ❖ Không được để bé bước lên sân thượng.
- ❖ Không được để bé vào nhà bếp và phòng ăn, đặc biệt là khi thức ăn và canh nóng.
- ❖ Bàn không cần trải khăn trải bàn, tránh bé kéo xuống, làm đổ toàn bộ đồ vật trên bàn.
- ❖ Đặt bình nước nóng ở nơi bé không thể đụng vào được
- ❖ Không được đưa cho bé thìa, bút, để tránh bé cho vào miệng rồi bị ngã.
- ❖ Cất giữ cẩn thận thuốc và các vật dụng lau rửa.
- ❖ Chú ý an toàn về điện cho bé.

NGÀY THỨ 259

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được tám tháng đã bò rất tốt, mẹ nên rèn luyện cho bé đứng lên, khi bắt đầu, trước tiên rèn luyện cho bé bám lan can đứng thẳng. Đứng thẳng là cơ sở để đi, chỉ có khi nào hệ thống cơ và xương bé vững chắc, mới cơ thể bám lan can đứng thẳng, đồng thời dần dần đứng vững.

Trò chơi ngày hôm nay: Rùa thi chạy

Mục đích

Bé luyện tập tay và đầu gối để bò về phía trước, nâng cao tính nhịp nhàng của cơ thể bé.

Phương pháp

Phương pháp bò: lấy tay, đầu gối làm điểm đỡ, chuyển động chân tay để tiến về phía trước. Khi bò đầu ngẩng lên nhìn về phía trước.

NGÀY THỨ 260

Bé lớn lên và rèn luyện

Có bé vừa mới biết bò, có bé đã đi rất tốt. Có thể dạy bé dùng cốc uống nước, dùng thìa ăn cơm. Lúc đầu bé chưa khéo léo nên thức ăn bị rơi vãi, nhưng dạy bé dùng thìa ăn cơm là một kiểu rèn luyện, mẹ không được sợ phiền, càng không được vì sốt ruột mà giúp đỡ bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Học dùng thìa

Mục đích

Tập dùng thìa xúc thức ăn trong bát.

Phương pháp

Khi ăn cơm bố trí một cái bàn nhỏ, ghế nhỏ để bé dùng thìa của mình. Trước tiên để cho bé tự ăn vài thìa, sau đó người lớn dùng một chiếc thìa khác giúp bé dứt cơm. Không được giấu thìa của bé, để bé dùng thìa tập tự xúc cơm ăn.

Lời khuyên của chuyên gia

Năm thứ nhất khi bé ra đời, cùng một ngày mỗi tháng đều chụp ảnh cho bé. Nếu chỉ chụp cùng một bối cảnh, thì sẽ rất dễ thấy được sự thay đổi trong quá trình trưởng thành của bé.

NGÀY THỨ 261

Bé lớn lên và rèn luyện

Phương pháp kiểm tra khả năng nghe và khả năng lý giải của bé:

- ❖ Khi gọi bé, bé sẽ xoay người hay ngẩng đầu lên hay không?
- ❖ Nghe thấy âm thanh mới, sẽ đi tìm kiếm hay nhìn ngó xung quanh hay không?
- ❖ Nghe mọi người nói chuyện không?
- ❖ Đối với những yêu cầu như “Lại đây nào!”, bé có phản ứng gì không?

Trò chơi ngày hôm nay: Sờ và nhìn

Mục đích

Bé biết dùng tay sờ đồ vật, cảm nhận được sự khác nhau.

Phương pháp

Chuẩn bị một số đồ vật cứng, mềm, lông xù... để bé giơ tay sờ và nhìn.

NGÀY THỨ 262

Bé lớn lên và rèn luyện

Tính hiếu kỳ của bé rất lớn, cần phải trông nom bé cẩn thận. Cần tiếp tục rèn luyện động tác tay của bé

Trò chơi ngày hôm nay: Dùng tay kéo

Mục đích

Bé có thể kéo khăn len lấy đồ chơi.

Phương pháp

Bố hoặc mẹ cùng ngồi với bé trên sàn, tại nơi bé có thể giơ tay đặt một chiếc khăn len, đồng thời đặt một món đồ chơi mà bé yêu thích trên một mặt của khăn len. Trước tiên quan sát xem bé dùng cách nào để lấy đồ chơi, sau đó người lớn thử kéo khăn len lấy đồ chơi đưa cho bé xem.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Ngã, bong, nuốt các vật lạ là những nguy cơ chủ yếu mà bé cần phải phòng tránh trong tháng này.
- ❖ Mỗi ngày cho bé hoạt động ngoài trời trong ba tiếng .
- ❖ Gợi mở sự hứng thú tìm hiểu môi trường xung quanh cho bé.
- ❖ Khích lệ bé bắt chước người lớn phát âm, giao lưu với mọi người một cách vui vẻ.
- ❖ Rèn luyện cho bé khả năng tự khống chế bản thân, để bé làm việc theo khẩu lệnh của người lớn.

NGÀY THỨ 263

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết đòi hỏi nhiều hơn, nhưng mẹ cần có thái độ thích

hợp, không nên thỏa mãn mọi yêu cầu của bé, cần phải để bé biết chữ “không”.

Trò chơi ngày hôm nay: Cho bạn, cảm ơn

Mục đích

Dần dần hiểu được cho và muốn.

Phương pháp

Đối với bé mà nói, đưa đồ chơi của mình cho người khác cũng giống như việc đồ chơi bị cướp đi, bé rất khó chịu. Mẹ có thể cùng với bé lấy một đồ vật rồi đưa cho bé, hoặc chơi trò lấy những đồ vật bé muốn. Bé biết người khác nhận được đồ của mình sẽ rất vui sướng, nhưng những đồ vật đã đưa rồi mà lại vẫn quay lại tay mình, nhất định bé sẽ rất thích thú chơi.

NGÀY THỨ 264

Bé lớn lên và rèn luyện

Hoạt động bò giúp khai thác tiềm năng trí lực của bé.

Bé có thể bò đi lấy đồ chơi mà bé đã đặt đâu đó về, trí nhớ của bé phát triển tốt.

Trò chơi ngày hôm nay: Xuyên qua hang

Mục đích

Rèn luyện tính uyển chuyển của cơ thể.

Phương pháp

Mẹ tìm mấy cái thùng giấy lớn, mở mấy cái cửa, để bé bò xuyên đi xuyên lại, bò ra bò vào.

Lời khuyên của chuyên gia

❖ Việc massage cơ thể bé có thể giúp bé tăng cường sức

đề kháng, thúc đẩy sự phát triển của bé, cải thiện hệ tiêu hóa, tăng cường giao lưu giữa mẹ và con, thúc đẩy sự phát triển của các hành vi thần kinh...

- ❖ Khi massage cho bé, cần đảm bảo nhiệt độ trong phòng ấm, yên tĩnh, chuẩn bị khăn len, tã, quần áo để thay và kem dưỡng ẩm da, dùng dịch sữa dưỡng ẩm da.
- ❖ Đối với các bé mới sinh, mỗi lần massage khoảng mười phút là đủ: đối với những bé lớn hơn một chút, cần massage khoảng hai mươi phút.

NGÀY THỨ 265

Bé lớn lên và rèn luyện

Thông thường, các bé gái biết nói sớm hơn các bé trai, nhưng trong tình hình thực tế, biết nói sớm hay muộn không có liên hệ đặc biệt nào với trí lực cao thấp. Chỉ cần bé có thể lý giải lời nói của người lớn, có phản ứng chính xác, biết nói muộn cũng không có gì là đáng lo.

Trò chơi ngày hôm nay: Luyện tập phát âm

Mục đích

Giúp các bé học ngôn ngữ, luyện tập phát âm.

Phương pháp

Nối một sợi dây với một món đồ chơi hình con thú nhỏ, hướng dẫn bé vừa kéo con vật nhỏ đó chạy, vừa bắt chước tiếng kêu của nó, ví dụ như con chó “gâu gâu gâu”, con vịt “quạc quạc quạc”, con gà “chiếp chiếp chiếp”.

Dùng giấy gấp một chiếc máy bay nhỏ, để máy bay bay trong phòng, đồng thời nói “bay vù vù vù vù”...

Chú ý

Nên để bé chú ý nhìn khẩu hình, cách phát âm, cần phải dạy một cách tỉ mỉ để thuận lợi cho việc bắt chước của bé.

NGÀY THỨ 266

Bé lớn lên và rèn luyện

Để bé soi gương, sau một lúc, bôi lên mũi bé một chút son đỏ, sau đó lại để bé soi gương, bé sờ vào mũi. Điều đó nói lên rằng bé có ý thức về bản thân.

Trò chơi ngày hôm nay: Soi gương

Mục đích

Nhận biết năm giác quan.

Phương pháp

Mẹ bế bé đứng trước gương, chỉ vào khuôn mặt bé và nhiều lần gọi tên bé, chỉ vào năm giác quan của bé để bé nhận biết. Sau đó hỏi bé: “Mẹ ở đâu?” Có thể cùng bé chơi trò chơi soi gương. Bế bé đứng đối diện với một mặt của tấm gương lớn, vừa để bé nhìn, vừa nói với bé: “Xem xem ai đây này? Đây là (...tên của bé).” Bé bắt đầu sẽ rất tò mò, thậm chí còn đi cả ra phía sau gương để xem, sau đó bé từ từ sẽ hiểu ra đó chính là mình. Bé sẽ bắt đầu hiểu được sự vật thực với ảnh là không giống nhau. Còn có thể soi gương thể hiện các trạng thái tình cảm khác nhau, như cười mỉm, cười lớn, chau mày, cong môi, bé cũng sẽ bắt chước làm theo. Cũng có thể thử bôi mũi đỏ cho bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Trình tự massage cho bé là:

1. Nhẹ nhàng massage đầu, dùng ngón cái vẽ một nụ cười trên môi trên của bé, cũng dùng phương pháp này với môi dưới.
2. Hai tay đặt hai bên mạng sườn, tay phải hướng lên trên xoa vai phải bé, tay trái cũng tiến hành theo phương pháp như vậy.

3. Thuận theo hướng massage xuống phần rốn, nếu trước khi rốn rụng, không được massage khu vực này.

4. Hai tay đặt ngang ngực massage xuống dưới, sau đó dùng đầu ngón tay nhẹ nhàng massage phần cơ ở bên cột sống, lại tiếp tục làm lại từ cổ xuống ngực.

5. Để hai tay bé buông xuống, dùng một tay nắm vào cánh tay kia, từ phần cánh tay trên xuống đến cổ tay nhẹ nhàng bóp, sau đó dùng ngón tay massage cổ tay.

6. Massage đùi, đầu gối, bắp chân bé, từ đùi đến mắt cá chân từ từ xoa bóp. Sau đó massage từ mắt cá chân đến bàn chân.

NGÀY THỨ 267

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được 7~9 tháng không những vóc dáng phát triển nhanh, mà sự phát triển của động tác cũng dần thành thục. Đã có thể tự ngồi, dần dần biết bò, có thể bám lan can đứng dậy. Thậm chí những bé phát triển nhanh đều muốn bám lan can đi. Do đó, một bộ quần áo hợp với bé rõ ràng hết sức quan trọng. Có những bà mẹ mặc áo cho con, bên dưới còn mặc thêm một chiếc quần có dây chun, trông có vẻ rất thoải mái, nhưng do những bé trong tháng này phát triển rất nhanh, mà bố mẹ không biết đáp ứng theo sự tăng trưởng vóc dáng của bé, do vậy nên nói rộng dây chun hoặc dây quần.

Trò chơi ngày hôm nay: Bò lên dốc núi

Mục đích

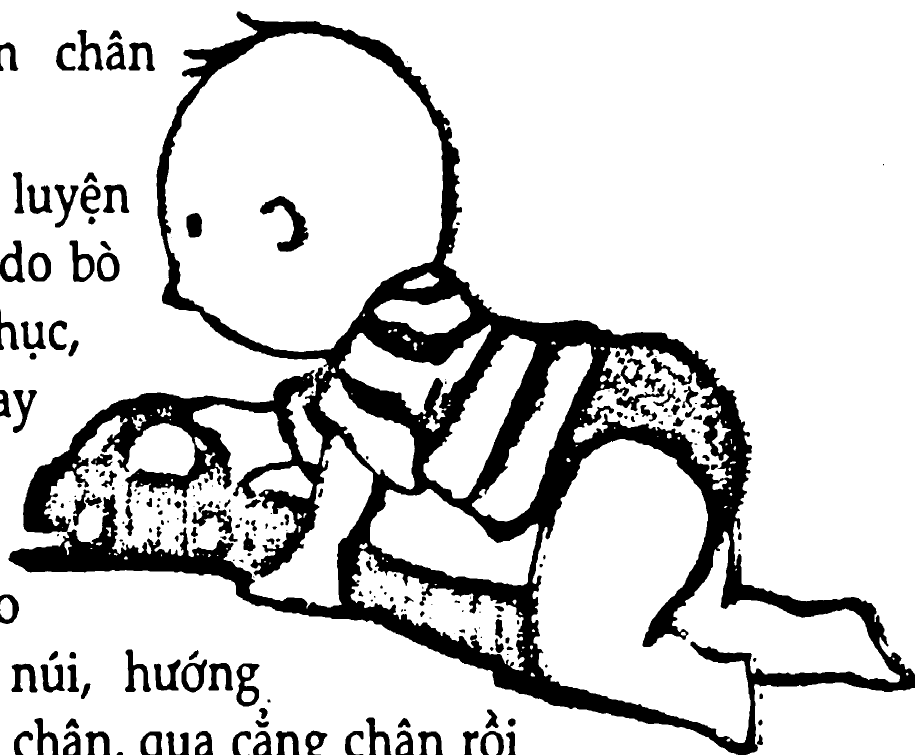
Rèn luyện động tác bò, từ nơi bằng phẳng lên nơi cao, duy trì sự cân bằng cơ thể.

Phương pháp

Mẹ nằm sấp trên giường, làm một dốc núi nhỏ, để bé bò

qua bò lại phần chân hoặc phần lưng.

Sau nhiều lần luyện tập, bé có thể tự do bò một cách thuần thục, mẹ chống hai tay lên, đầu gối quỳ xuống, khiến cơ thể nâng cao giống như dốc núi, hướng dẫn bé bò từ bàn chân, qua cẳng chân rồi lên đùi và mông, cuối cùng bò lên lưng mẹ.



Khi bé bò đến lưng, mẹ dùng một cánh tay chống trên giường, cánh tay còn lại vòng lên ôm chặt bé, công bé trên lưng bò tới bò lui, sau đó để bé trượt từ trên lưng xuống giường.

Lời khuyên

Trò chơi này cần phải được tiến hành sau khi bé học được cách bò trên địa thế bằng, nếu không gian trên giường quá nhỏ, có thể phủ một tấm khăn trải trên sàn hoặc chơi trên thảm.

NGÀY THỨ 268

Bé lớn lên và rèn luyện

Nếu bé vượt quá 10kg, như vậy là quá béo. Cần phải hạn chế thức ăn ngọt, đồ uống ngọt, cần tăng cường vận động.

Khoảng một tuổi bé biết tự đứng một mình, cần phải để bé đứng trên thảm hoặc thảm cỏ an toàn, sạch sẽ.

Trò chơi ngày hôm nay: Bịt mắt bắt dê

Mục đích

Luyện tập đứng và ngồi xổm, rèn luyện khả năng cân bằng khi ngồi xổm.

Phương pháp

Bé đứng bám vào bàn, mẹ đứng đối diện với bàn hoặc bên cạnh nói: “Con yêu, nhìn này, mẹ ở đây!”

Mẹ trón dưới bàn: “Con yêu, mẹ ở đâu rồi?” Dẫn dắt bé ngồi xuống, sau đó mẹ ở dưới gầm bàn nhìn bé và nói: “Mẹ ở đây này!”

Mẹ đứng dậy: “Con yêu, mẹ ở đâu rồi?”, đùa và dụ bé đứng dậy.

Điểm cốt yếu

Trò chơi này thích hợp với những bé đã biết bám và đứng dậy. Ngoài việc đứng lên và ngồi xuống, nên đùa và dụ bé bám vào bàn làm động tác uốn người, giơ chân, học cách tự điều chỉnh cơ thể.

Lời khuyên của chuyên gia

Dùng máy quay video ghi lại những kỉ niệm trong những năm tháng phát triển của bé.

NGÀY THỨ 269

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được chín tháng thích chơi trò chơi với người khác; thích quan sát các vật thể có hình dạng không giống nhau; thích ngắm nhìn hình ảnh mình trong gương.

Bé đã bò rất tốt nên có thể tự do hoạt động khắp nơi trên sàn trong phòng, chủ động tìm tòi, thỏa mãn tính hiếu kỳ và lòng tự tin của mình.

Trò chơi ngày hôm nay: Bò cầu thang

Mục đích

Luyện tập tay chân.

Phương pháp

Mẹ kèm để bé bò lên cầu thang.

NGÀY THỨ 270

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích được khen ngợi. Bởi vì bé hiểu được việc nhận được sự khen ngợi là một việc tốt.

Trò chơi ngày hôm nay: Tặng bố

Mục đích

Biết tặng vật phẩm cho người khác, học cách nói cảm ơn.

Phương pháp

Trò chơi này có thể mời người thân trong nhà cùng tham gia, để bé lấy đồ vật trong tay tặng cho một người nào đó. Mẹ có thể nói: “Con tặng quả táo này cho bố đi.” Nếu bé làm theo, bố nhất định phải nói: “Cảm ơn”.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé có thể tự ngồi được rất lâu, biết thay đổi tư thế ngồi sang bò. Chỉ cần đỡ tay bé, bé có thể đứng lên được, thậm chí có thể bám vào đồ vật để di chuyển. Động tác tay bé càng linh hoạt hơn, khả năng vận động được nâng cao, cũng có thể bắt chước đơn giản. Lúc này các bé vẫn không thể chơi cùng các bé khác, bố mẹ nên chơi nhiều trò chơi với bé hơn, có thể chọn lựa cho bé một vài loại đồ chơi dưới đây:

NGÀY THỨ 271

Bé lớn lên và rèn luyện

Đặt bé trên sàn, mẹ đỡ hai tay bé, bé có thể bước ba bước

hoặc hơn thế. Bé có thể dùng hai tay bám thành giường đứng được khoảng 30 giây hoặc hơn.

Bé thích phát âm những âm gần giống “bồ...bồ”.

Trò chơi ngày hôm nay: Luyện tập phát âm

Mục đích

Luyện tập phát âm, thúc đẩy sự phát triển ngôn ngữ.

Phương pháp

Đưa cho bé một món đồ chơi, sau đó giấu đồ chơi bên cạnh hoặc dùng vải che lên, rồi hỏi bé: “Gấu nhỏ đi đâu rồi?” Để bé chỉ đồng thời phát ra thanh âm.

Trò chơi vẫy tay, bố mẹ vừa nói “Tạm biệt” vừa vẫy tay với bé, dạy bé bắt chước động tác vẫy tay. Sau khi bé vẫy tay, bố mẹ quay lại, làm lại nhiều lần, dần dần khi bé vừa nghe thấy “tạm biệt” thì sẽ vẫy tay.

NGÀY THỨ 272

Bé lớn lên và rèn luyện

Mẹ ngồi đối diện với bé, mở ngăn kéo rộng ra, đặt một món đồ chơi vào đó, rồi đóng lại. Sau đó mở và lấy đồ chơi ra. Làm lại một lần nữa, để bé mở ngăn kéo và lấy đồ chơi.

Trò chơi ngày hôm nay: Mở ngăn kéo

Mục đích

Rèn luyện động tác tay, lý giải quan hệ giữa các đồ vật.

Phương pháp

Lấy một món đồ chơi mà bé yêu thích, ngay trước mặt bé đặt đồ chơi đó vào trong ngăn kéo, không được đóng chặt, để đồ chơi lộ ra ngoài một chút, sau đó dạy bé mở ngăn kéo lấy đồ chơi ra.

NGÀY THỨ 273

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể dựa theo khẩu lệnh của mẹ chỉ ra một bộ phận trên cơ thể bé tương ứng với đồ vật; bé biết vẫy tay tạm biệt; biết vỗ tay chào mừng.

Trò chơi ngày hôm nay: Cảm ơn

Mục đích

Học cách giao lưu.

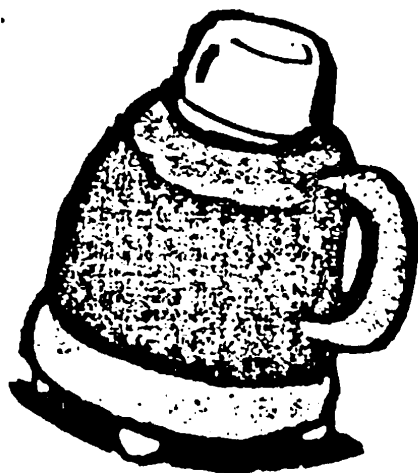
Phương pháp

Mẹ đưa cho bố một quả táo, bố nói “cảm ơn”; bố đưa cho mẹ một chiếc bánh quy, mẹ nói “cảm ơn”;

“Bé đưa cho mẹ một quả táo, được không?” , nếu bé không biết, mẹ nhẹ nhàng lấy quả táo lại rồi nói “cảm ơn, con thật ngoan!”

Bài kiểm tra sự phát triển của bé ở tháng thứ chín

- ❖ **Động tác lớn:** Để bé đứng thẳng trên sàn, mẹ đỡ lấy hai tay bé, bé có thể bước ba bước hoặc hơn thế. Bé ngồi trên giường, mẹ đặt một món đồ chơi lên trên thành giường, khích lệ bé đứng dậy đi lấy, bé có thể tự bám thành giường đứng thẳng dậy trong nửa phút.
- ❖ **Động tác tinh tế:** Mẹ đối diện với bé, đặt một món đồ chơi vào trong ngăn kéo, bé có thể mở ngăn kéo lấy đồ chơi ra.
- ❖ **Khả năng nhận biết:** Mẹ nói ra tên của đồ vật, bé có thể chỉ ra được.
- ❖ **Lời nói:** Mẹ nói tạm biệt, bé sẽ biết vẫy tay biểu thị sự tạm biệt. Mẹ nói chào mừng, bé sẽ biết vỗ tay biểu thị sự chào mừng.
- ❖ **Tính tình và hành vi xã hội:** Nghe thấy được khen ngợi, bé thích biểu diễn lại.



THÁNG THỨ MƯỜI

- Bé có thể tự đứng một mình, hãy khích lệ bé bước đi.
- Tập gọi “bố”, “mẹ”.
- Rèn luyện cho bé phối hợp mặc quần áo và cởi quần áo.
- Sắp xếp cho bé sinh hoạt có quy luật.
- Bồi dưỡng bé thói quen ăn uống tốt.
- Sáng tạo môi trường ngôn ngữ trong sáng, khi chăm sóc bé, khi chơi trò chơi, đều cần phải kèm theo ngôn ngữ.
- Vẫn phải để bé bò nhiều, đồng thời dành thời gian cho bé tập đi.

NGÀY THỨ 274

Bé lớn lên và rèn luyện

Sự tăng trưởng thể trọng không quá nhanh, có lúc có thể không tăng. Lượng hoạt động của bé tăng lên, cơ thể cao hơn. Bé trai được mười tháng thể trọng bình quân là 9,4kg, còn bé gái là 8,8kg.

Kỹ thuật bò càng cao hơn, hơn một nửa số bé biết đứng thẳng, có bé có thể bám vào thành giường bước đi, biểu thị sự đồng ý bằng động tác. Bé vẫn chưa thể chơi được những khối gỗ ghép phức tạp, nhưng có thể mua cho bé một bộ bát nhỏ, hoặc một bộ thùng nhỏ, để bé tách ra rồi lại xếp lại, xếp rồi lại tách. Những đồ chơi tách mở nhất định cần phải đủ to, nếu quá bé, bé sẽ bỏ vào miệng rất nguy hiểm.

Trò chơi ngày hôm nay: Cắm chìa khóa

Mục đích

Rèn luyện động tác tinh tế của tay.

Phương pháp

Mỗi lần mẹ bế bé về nhà, hãy đưa chìa khóa cho bé, để bé cắm chìa khóa vào ổ, sau khi cắm vào rồi, mẹ mở cửa ra, bé sẽ rất vui.

NGÀY THỨ 275

Bé lớn lên và rèn luyện

Động tác tay bé càng linh hoạt hơn, có thể dùng ngón cái và ngón trỏ kẹp đồ vật một cách thành thục, có thể một tay bám thành giường, một tay lấy đồ vật. Bé có thể tự mở nắp hộp, đặt đồ chơi vào đó, sau đó, lại lấy ra.

Sau mười tháng, khả năng bắt chước của bé tăng lên, từ tháng thứ mười đến tháng thứ mười hai là thời kỳ quan trọng để rèn luyện ngôn ngữ cho bé.

Cần phải sử dụng ngôn ngữ phổ thông dạy bé, không nói ngọng theo trẻ.

Khi bé sử dụng dấu hiệu tay thể hiện sự yêu cầu, không được thỏa mãn bé ngay, mà cần phải để bé nói.

Khi bé đang vui dạy bé nói

Hãy để bé nhận biết trước những đồ vật thường sử dụng trong cuộc sống, bé thường là hiểu trước, sau đó mới biết nói.

Trò chơi ngày hôm nay: Tập thể dục và hát

Mục đích

Rèn luyện ngôn ngữ.

Phương pháp

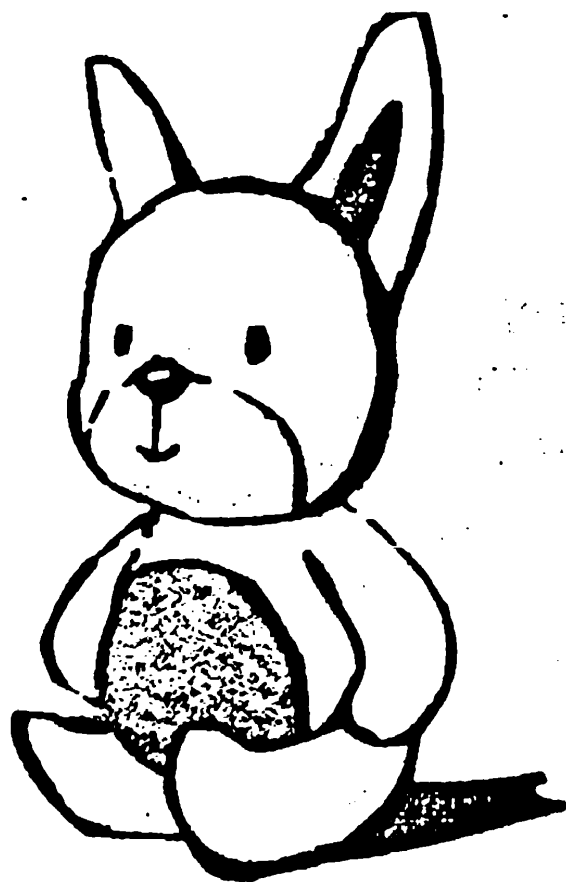
Mẹ tập thể dục cùng bé, mẹ bắt chước dáng vẻ của con vẹt nhỏ để bé làm theo, đồng thời vừa tập vừa hát những bài hát về chú vẹt con.

NGÀY THỨ 276

Bé lớn lên và rèn luyện

Cơ thể bé cao hay thấp có quan hệ mật thiết với chế độ dinh dưỡng, nhưng đồng thời cũng chịu ảnh hưởng của rất nhiều nhân tố như di truyền, giới tính, tình hình sức khỏe người mẹ và môi trường sinh sống. Cho nên, bé có chiều cao đạt không đủ tiêu chuẩn bình thường, không nhất định đều có bệnh, rất có thể là do bố mẹ thấp, vóc dáng các bé cũng không cao. Bé 7~12 tháng chiều cao bình quân mỗi tháng tăng thêm khoảng 1,2 cm. Bé đặc biệt hứng thú với những đồ chơi phát ra tiếng, có thể chú ý nghe tiếng của máy thu âm.

Đưa cho bé một cái hộp hoặc một chiếc làn lớn để cất giữ đồ chơi. Mỗi lần chơi, có thể để bé ngồi trên thảm hoặc trên giường, cũng có thể để bé ngồi trên ghế bên cạnh một chiếc bàn nhỏ để chơi. Để bé tự lấy đồ chơi ra khỏi hộp đồ chơi của mình, sau khi chơi xong lại để tự bé đặt lại chỗ cũ dần dần hình thành thói quen tốt.



Trò chơi ngày hôm nay: Cất vào, lấy ra

Mục đích

Dùng tay làm động tác một cách nhịp nhàng theo chỉ lệnh.

Phương pháp

Mẹ đặt khoảng 5 ~ 6 loại đồ chơi khác nhau trước mắt bé, để bé nhìn mẹ đặt từng đồ chơi một vào bên trong vừa làm vừa nói “đặt vào”, rồi lại “lấy ra” từng thứ một. Sau đó, để bé bắt chước theo.

NGÀY THỨ 277

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trai có vòng đầu bình quân khoảng 45,6cm, còn bé gái khoảng 44,5cm. Vòng ngực bé trai khoảng 45,6cm, còn bé gái khoảng 44,6cm. Bé trai khi ngồi bình quân cao khoảng 46cm, còn bé gái khoảng 45,2cm. Bé biết bắt chước người lớn phát âm, bắt đầu muốn nói chuyện với mọi người trong gia đình. Đặc biệt bé thích người khác gọi tên mình.

Bé sinh vào mùa đông biết đi muộn hơn, bởi vì khi các bé tròn một tuổi đúng vào mùa đông, mặc nhiều quần áo nên hoạt động không thuận tiện. Đối với bé có sự phát triển cơ, trí lực, xương bình thường, chỉ cần thường xuyên ra ngoài hoạt động, đến một độ tuổi nhất định sẽ biết ngồi, biết đi, bố mẹ không phải quá lo lắng. Nếu một tuổi rưỡi bé vẫn chưa biết đi, cần phải đi bệnh viện kiểm tra.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo đồ chơi

Mục đích

Dẫn dắt bé bò và bước.

Phương pháp

Đồ chơi được nối với một sợi dây, mẹ từ từ kéo, để bé bò

lại đuổi theo đồ chơi. Mẹ đừng kéo quá nhanh, bé cố gắng mà không thể bắt được sẽ mất hứng thú.

NGÀY THỨ 278

Bé lớn lên và rèn luyện

Âm nhạc được coi là chất bổ tinh thần cho não, hãy để bé nghe nhạc để phát triển thẩm mỹ âm nhạc cho bé.

Từ khi biết đứng, tầm nhìn của bé rộng hơn, kinh nghiệm về thế giới xung quanh cũng phong phú hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Còi kêu bíp bíp bíp

Mục đích

Tập thói hơi. Động tác này có thể hỗ trợ khi bé học nói.

Phương pháp

Động tác “thổi” giúp bé học phát âm. Trong cuộc sống thường ngày, bé có cơ hội thường xuyên luyện tập các động tác của miệng và lưỡi như há, ngậm, thở, nuốt, nhai, nhưng rất ít khi có cơ hội thực hiện động tác “thổi”.

Bé cầm còi, mẹ cũng cầm một chiếc còi, ngồi (hoặc đứng) đối diện với bé và nhẹ nhàng thổi, để bé nhìn và bắt chước.

NGÀY THỨ 279

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé ngồi khá vững, có thể chuyển tư thế từ bò sang ngồi và ngược lại một cách thành thục. Bé có thể bò về phía trước, phía sau một cách linh hoạt, thậm chí còn bò rất nhanh. Có thể bám lan can đứng, men theo thành giường đi.

Trò chơi ngày hôm nay: Luyện tập đứng

Mục đích

Tăng cường khả năng vận động của bé.

Phương pháp

- ❖ Thông thường khoảng tám tháng, với sự trợ giúp, bé có thể từ từ đứng dậy, khi được chín tháng bé có thể bám đồ dùng đứng dậy, đến mười tháng, bé có thể độc lập đứng thẳng.
- ❖ Mẹ đặt bé ở trước bàn ăn cơm hoặc trước bàn uống nước ở một độ cao thích hợp, đặt một món đồ chơi mà bé yêu thích ở trên bàn, để bé đứng chơi đồ chơi, rèn luyện tính nhẫn nại.
- ❖ Các vận động như nằm ngửa rồi ngồi dậy và đá chân cũng hết sức phù hợp với mẹ và bé cùng thực hiện trong giai đoạn này.
- ❖ Nằm ngửa rồi ngồi dậy: để bé nằm ngửa, mẹ kéo hai tay của bé để bé thực hiện các vận động theo thứ tự từ ngồi dậy, đứng thẳng, ngồi xuống, nằm xuống.
- ❖ Vận động đá chân: bế bé từ dưới nách lên, để bé nhún nhảy trên người mẹ, vừa để bé vui sướng vừa có thể thúc đẩy sự phát triển duỗi ra của chân.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Không được để bé một mình đứng bên cạnh bàn, để tránh bé dùng tay lấy đồ vật trên bàn. Tốt nhất không dùng khăn trải bàn.
- ❖ Nên bố trí thêm thiết bị an toàn ở tủ lạnh, tránh trường hợp bé mở tủ lạnh gây nguy hiểm.

NGÀY THỨ 280

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết bẻ búp bê, chơi với búp bê. Khả năng bắt chước tăng lên. Hai tay gõ khối gỗ một cách linh hoạt, biết đặt một khối gỗ chồng lên một khối gỗ khác. Biết dùng nắp chai để đậy chai lại.

Trò chơi ngày hôm nay: Hạt pha lê lấp lánh

Mục đích

Phát triển sự nhịp nhàng giữa mắt và tay bé.

Phương pháp

Đổ nước vào một chiếc bình nhỏ trong suốt, cho vào đó giọt màu thực phẩm và một vật phát sáng. Vặn chặt nắp bình lại rồi để bé lắc đi lắc lại.

NGÀY THỨ 281

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể bắt chước phát ra hai âm tiết như “bố bố”, “mẹ mẹ”... Bé gái biết nói sớm hơn một chút so với bé trai. Chỉ cần bé có thể lý giải ý nghĩa lời mà người lớn nói, thì có thể nói rằng bé phát triển bình thường.

Trò chơi ngày hôm nay: Tập thể dục

Bé ơi bé

Tập thể dục buổi sáng

Nhìn bên trái

Ngó bên phải

Duỗi duỗi chân

Uốn uốn lưng

Mỗi ngày đều tập

Có sức khỏe tốt

Mẹ và bé vừa tập thể dục vừa đọc diễn cảm hoặc hát.

NGÀY THỨ 282

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết tên mình, khi người khác gọi tên bé, bé sẽ đáp lại, nếu bé muốn lấy một đồ vật nào đó, mẹ nghiêm khắc nói: “không được!” bé sẽ lập tức rút tay lại, dừng hành động ngay.

Trừ lúc thời tiết rất lạnh, nên cho bé hoạt động ngoài trời mỗi ngày để bé tiếp xúc với ánh sáng mặt trời, không khí trong lành, tăng cường hấp thụ Vitamin D và phòng bệnh còi xương.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhận biết vật ngoài trời

Mục đích

Mở rộng phạm vi nhận biết, lý giải ngôn ngữ

Phương pháp

Đưa bé ra ngoài ngắm hoa, cỏ, cây cối, xe cộ, các tòa nhà cao tầng, nhận biết các loại côn trùng như bướm, kiến, ruồi, và muỗi. Khi trở về nhà, trong các hình ảnh, tranh ảnh các bé tìm các hình ảnh tương ứng để bé “ôn tập” lại.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé không chịu được áp lực lớn, do đó khi massage cho bé nên xem da bé có mẩn đỏ hay không, để điều chỉnh cường độ và thời gian massage cho bé thích hợp.



NGÀY THỨ 283

Bé rèn luyện và phát triển.

Bé biết phục tùng mệnh lệnh nhưng không quá nghe lời. Làm việc sai biết xấu hổ.

Trò chơi ngày hôm nay: Đếm ngón tay

Mục đích

Nhận biết 1 ~ 2 ngón tay, học đếm 1 ~ 2.

Phương pháp

Người lớn vừa đọc bài hát thiếu nhi vừa đếm ngón tay gọi tên ngón tay đó, sau đó hỏi bé “đâu là ngón cái?” Quan sát xem bé có thể giơ ngón tay cái ra hay không. Lại hỏi tiếp “đâu là ngón út?” Quan sát xem bé có thể giơ ngón út ra không. Sau đó tăng dần độ khó của bài tập đếm và nhận biết các ngón tay.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi chơi cùng với bé, cần phải quan sát xem bé có thể hòa hợp với tập thể không, bé chủ động hay bị động.

Khi chơi trò chơi, bố mẹ không được chơi lấy lệ, cũng không được chỉ huy bé, cần phải coi mình là một người tham gia trò chơi, cùng bé chơi một cách bình đẳng.

NGÀY THỨ 284

Bé lớn lên và rèn luyện

Khả năng bắt chước của bé rất giỏi. Cần tiếp tục luyện tập động tác tay cho bé, ví dụ như dùng gậy chọc vào lỗ, rồi lại rút ra; đặt đồ chơi vào trong thùng, rồi lại đổ ra, hai tay đồng thời cầm đồ chơi và đổi tay cầm đồ chơi. Rèn luyện cho

mắt và tay phối hợp nhịp nhàng. Rèn luyện bé học cách dùng cốc uống nước.

Trò chơi ngày hôm nay: Bắt chước

Mục đích

Bắt chước người lớn sinh hoạt, học cách giao lưu, phát triển tình cảm đẹp.

Chuẩn bị: Những vật dụng hàng ngày mà bé quen.

Phương pháp

Mẹ làm các động tác vỗ tay, lắc đầu, há mồm, vẹo lưng, làm mặt xấu, vừa làm vừa cười đùa vui vẻ và khuyến khích bé bắt chước.

Mẹ làm động tác chải đầu, chỉ cho bé xem chiếc lược và nói "lược"; ngoài ra, còn có thể bắt chước trò chơi đánh răng, rửa mặt, thay tã cho búp bê, tắm, mặc quần áo...

Nếu bé bắt chước được, hãy khen ngợi bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ vừa bón đồ ăn vừa nói với bé: "Thật ngon! Con muốn ăn không?" "Con ăn giỏi hơn cả thỏ con." Các cách nói như vậy, tăng cường cho bé các phản ứng tốt đối với đồ ăn, bé khi ăn, trong lòng sẽ thấy vui hơn. Nếu thực sự bé không thích ăn, nên dừng lại, không được miễn cưỡng.

NGÀY THỨ 285

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích lật chuyển toàn thân, có thể bò, bám vào thành giường đứng rất vững và có thể đi. Bé được khoảng mười tháng, một khi muốn cái gì, sẽ lấy bằng được, tính hiếu kỳ bộc lộ tương đối mạnh. Bé thích được người lớn bế đi chơi để được nhìn thấy rất nhiều đồ vật mới.

Lời khuyên của chuyên gia

Tắm nắng

- ❖ Tia hồng ngoại có thể tiêu diệt vi khuẩn, đồng thời có thể phòng bệnh còi xương. Hãy dành thời gian cho bé phơi nắng.
- ❖ Không để ánh sáng mặt trời chiếu trực tiếp lên mắt bé.
- ❖ Không cho bé tắm nắng khi bé vừa ăn no.
- ❖ Không tắm nắng trong phòng qua cửa sổ ngăn cách.

Trò chơi ngày hôm nay: Tự phục vụ

Mục đích

Luyện tập ngồi và dùng tay cầm vật.

Chuẩn bị: Một tấm thảm, đồ chơi hoặc vật phẩm mà bé thích.

Phương pháp

- ❖ Để bé tự ngồi, đặt đồ chơi mà bé thích ở trước mặt bé, khích lệ bé tự dùng tay lấy đồ vật.
- ❖ Đặt đồ chơi ở bên trái hoặc bên phải bé, thậm chí đằng sau lưng, để bé lấy.
- ❖ Trò chơi này rèn luyện cho bé ngồi một cách vững vàng hơn, giúp bé biết tự điều chỉnh cơ thể, đặc biệt là phần thắt lưng.

Lời khuyên của chuyên gia

Sau khi cho bé chơi ở bãi cỏ, vườn hoa, nếu bé xuất hiện một số hiện tượng như tiêu chảy, da nổi mẩn đỏ, rất có thể là bé bị dị ứng thuốc trừ sâu hoặc thuốc diệt cỏ. Không thể xem nhẹ, hãy đưa bé đi khám da liễu ngay.

NGÀY THỨ 286

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích được người khác tán thưởng, bé có thể nghe hiểu những câu khen ngợi, và có những phản ứng tương ứng.

Cần thông qua trò chơi để rèn luyện khả năng ngồi cho bé. Mẹ ngồi đối diện với bé, để bé nhìn vào mắt mẹ, mẹ giấu đồ chơi đi, sau đó nói với bé “mất rồi!” và khuyến khích bé tìm kiếm, như vậy có thể bồi dưỡng hứng thú tìm tòi của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Mất rồi, thấy rồi

Mục đích

Giúp bé hiểu ý nghĩa của những từ “mất rồi” và “thấy rồi”, học cách tìm kiếm

Phương pháp

Người lớn và bé cùng chơi bóng và hộp trên bàn. Người lớn đặt quả bóng nhỏ vào trong hộp rồi đậy lại và nói “mất rồi”, quan sát xem bé có thể mở hộp và lấy quả bóng ra không, khi nhìn thấy quả bóng, mọi người đều vỗ tay vui mừng nói “thấy rồi”. Lại dùng một tờ giấy trắng nhẹ nhàng gói quả bóng nhỏ lại và nói “mất rồi”, nếu bé có thể mở gói giấy lấy ra quả bóng, người lớn cũng cần phải vui mừng vỗ tay nói “thấy rồi” và khen ngợi bé.

NGÀY THỨ 287

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biểu diễn trò chơi cho mọi người trong nhà, những tràng vỗ tay tán thưởng rôm rả của người lớn sẽ khiến bé vui sướng.

Trò chơi ngày hôm nay: Biểu diễn

Mục đích

Phát triển lời nói.

Phương pháp

Mẹ chọn một câu chuyện có những câu đối thoại ngắn để kể cho bé nghe. Khi kể nhiều lần đến độ quen thuộc rồi, hai mẹ con cùng biểu diễn câu chuyện đó, mỗi người đóng một vai.

Lời khuyên của chuyên gia

Đối thoại giữa hai mẹ con là sự khởi đầu trong việc giao lưu tình cảm. Thường xuyên nói chuyện với bé bằng một thái độ vui vẻ, giúp bé tin tưởng vào quan hệ tốt đẹp giữa bố mẹ và bé.

NGÀY THỨ 288

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé đã bắt đầu hiểu được nghĩa của những lời nói đơn giản, lúc này người lớn nói tạm biệt với bé, bé cũng sẽ vẫy vẫy tay tạm biệt; đưa cho bé những đồ vật mà bé không thích, bé sẽ lắc lắc đầu; khi chơi thật vui, bé sẽ cười phá lên, hơn nữa còn nhảy múa, bộc lộ sự hoạt bát vui vẻ.

Trò chơi ngày hôm nay: Chăm sóc búp bê

Mục đích

Bắt chước mẹ chăm sóc búp bê.

Tiền đề

Biết cầm thìa.

Phương pháp

Đưa cho bé thìa nhỏ, bát nhỏ và một cái khăn nhỏ để làm chăn, nói với bé rằng: “Búp bê ăn no rồi, giờ phải đi ngủ

thôi”, nhắc bé đắp chăn cho búp bê. Chờ trong giây lát, lại đưa cho bé thìa nhỏ và bát nhỏ nói: “Búp bê phải dậy ăn cơm rồi”, để bé dùng thìa đút cho búp bê ăn cơm.

Trò chơi này giúp bé học được cách quan tâm tới người khác.

NGÀY THỨ 289

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé không chỉ thích chơi đồ chơi mà còn rất hứng thú với những đồ vật mà bé trông thấy. Bé đặc biệt thích những đồ chơi biết chạy, xe đẩy nhỏ, xe học đi.

Đến thời điểm này, phải dạy bé nghe hiểu nghĩa của từ, liên hệ một số từ với đồ vật thường dùng. Lúc này, bé tuy vẫn chưa biết nói, nhưng đã biết dùng động tác trả lời câu hỏi của người lớn.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo dây lấy đồ chơi

Mục đích

Tìm hiểu quan hệ giữa sợi dây và đồ chơi, học cách sử dụng sợi dây (đồ chơi) để lấy được đồ vật.

Phương pháp

Tại nơi mà bé không thể đặt đồ chơi lên được, người lớn dùng sợi dây buộc lại, kéo sợi dây lấy được đồ chơi. Lại tiếp tục đặt đồ chơi và sợi dây lên bàn, quan sát xem bé có thể bắt chước người lớn hay không, kéo sợi dây và lấy được đồ chơi.

NGÀY THỨ 290

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể dùng ngón cái và ngón tay khác nhặt được đồ vật nhỏ. Bé dùng ngón trỏ cầm đồ vật, có thể buông đồ vật

trong tay một cách có chủ ý. Bé sẽ chơi rất tập trung những đồ chơi phát ra thanh âm. Đặt rất nhiều đồ chơi vào trong tay bé sẽ vứt chúng đi, từ đó luyện tập động tác thả tay ra. Khi bé ngồi, lăn quả bóng đến giữa hai chân bé, để bé bắt lấy. Làm động tác mẫu, để bé quan sát xem làm thế nào lấy một đồ vật từ trong hộp ra rồi lại đặt nó vào. Khi bé bắt chước theo, cần phải tán thưởng bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Tự làm

Mục đích

Thực hiện thao tác đóng mở, để các ngón tay càng linh hoạt và chuẩn xác hơn.

Tiền đề

Ngón trỏ và ngón cái có thể lấy vật nhỏ

Phương pháp

Khi mẹ tắt bật đèn, bé bé đứng trước công tắc, để bé tự học các thao tác. Khi vừa thao tác khiến đèn sáng lên, bé sẽ vô cùng vui sướng. Về sau có thể để bé học tắt bật ti vi, máy thu âm, đài.

NGÀY THỨ 291

Bé lớn lên và rèn luyện

Có những bé từ lúc đứng đến lúc biết đi chỉ cần khoảng hơn một tháng, có những bé học bò chỉ trong một thời gian ngắn, đã không thích bò nữa, mà muốn đứng dậy, bám và đi. Trong rèn luyện ngôn ngữ, mẹ có thể liên hệ với các hoạt động ăn, uống... để dạy những từ ngữ đơn giản cho bé, để bé lý giải, liên hệ ngôn ngữ, vật thể với động tác.

Trò chơi ngày hôm nay: Tai, mũi

Mục đích

Nhận biết cơ thể.

Phương pháp

Mẹ và bé ngồi đối diện, mẹ nói “mũi”, hai mẹ con cùng chỉ mũi, mẹ nói “tai”, hai mẹ con cùng chỉ tai. Sau đó để bé nói, mẹ chỉ cùng với bé.

NGÀY THỨ 292

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích soi gương. Thích được bố mẹ khen ngợi. Biết chào mừng bằng động tác vỗ tay, và tạm biệt bằng động tác vẫy tay để giao lưu với mọi người xung quanh. Bé biết tự bê cốc lên uống.

Trò chơi ngày hôm nay: Bê cốc uống nước

Mục đích

Bé tự dùng hai tay bê cốc uống nước.

Phương pháp

Rót một chút nước vào cốc nhựa an toàn đưa cho bé tự cầm uống. Mới đầu bé sẽ làm đổ nước vương vãi ra sàn, nhưng chỉ sau mấy lần học hỏi, bé có thể ít làm đổ hơn hoặc không làm đổ nữa.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Đặt bé vào trong xe tập đi, cũng cần phải có người lớn đứng bên cạnh.
- ❖ Khích lệ tự bé ôm lấy bình sữa, tự ngồi bô đi đại, tiểu tiện, tự đi lấy đồ chơi.
- ❖ Trừ những lúc trời mưa, gió, cố gắng đưa bé ra ngoài hoạt động.
- ❖ Nói với bé nhiều hơn nữa về các bài ca thiếu nhi, đồng dao.

NGÀY THỨ 293

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích đặt tay hoặc đồ vật vào trong túi. Tính hiếu kỳ khiến bé đặc biệt hứng thú với các loại đồ chơi mang tính hoạt động và tính biến hóa.

Trò chơi ngày hôm nay: Ở đâu rồi?

Mục đích

Nhận biết cơ quan trên cơ thể, tăng cường nhận thức bản thân.

Đồ vật cần chuẩn bị: Búp bê mà bé yêu thích.

Phương pháp

Mẹ hỏi: “Mắt của búp bê đâu?”, “Miệng của búp bê đâu?”, nếu bé biết chỉ và chỉ đúng, hãy khen ngợi bé, nếu bé chưa biết mẹ cầm tay bé lần lượt chỉ mắt và miệng của búp bê.

Sử dụng câu hỏi và động tác tương tự để hỏi về mắt và miệng của bé.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Bình thuốc hoặc hộp thuốc cần phải đóng chặt nắp, đặt ở nơi mà bé không dễ tiếp xúc được.
- ❖ Vứt bỏ những loại thuốc đã hết hạn hoặc đã biến màu, biến chất.
- ❖ Sau khi có khách đến chơi, cần phải kịp thời dập, đổ đi những mẩu đầu thuốc lá, đồ uống và tàn thuốc lá, để tránh bé cho vào miệng.
- ❖ Hoa cỏ trong nhà hoặc ngoài nhà, không được để bé tùy ý hái ngắt, càng không thể tùy ý “ném thử”, bởi vì có một số cây có thể có độc.
- ❖ Thuốc tẩy rửa, thuốc khử, thuốc diệt côn trùng trong



nhà cần phải được đặt ở trong tủ, hoặc ở nơi bé không dễ tiếp xúc được.

- ❖ Không được sử dụng những vật chất trong bình đựng đồ uống, đồ ăn, vại đựng những chất có độc, để tránh bé ăn nhầm.

NGÀY THỨ 294

Bé lớn lên và rèn luyện

Bài kiểm tra thị giác:

Đặt một món đồ chơi mà bé yêu thích trước mặt bé, để bé nhìn thẳng, sau đó di chuyển đồ chơi đó vòng xung quanh đầu bé, để xem bé có nhìn thấy được hay không. Lấy trung tâm là hướng chính phía trước bé, di chuyển đồ chơi dần dần xa ra trong phạm vi nửa vòng, hỏi bé có thể nhìn thấy được hay không.

Trò chơi ngày hôm nay: Nấp chai ở đâu?

Mục đích

Phát triển trí nhớ và thị giác.

Đồ vật cần chuẩn bị: Đồ chơi có thể một tay cầm được.

Phương pháp

- ❖ Mẹ và bé ngồi đối diện với nhau.
- ❖ Mẹ giấu đồ chơi vào trong tay mẹ, để bé tìm.
- ❖ Dần dần tăng độ khó, giấu đồ chơi sau lưng hoặc dưới khăn len.

Lời khuyên của chuyên gia

Sự dưỡng dục của bố mẹ đối với các bé là tình yêu thương nhưng không làm việc theo tình cảm, có quyền nhưng không lạnh lùng, chăm nom dạy dỗ nhưng không

dùng đến đòn roi; hài hước nhưng không châm biếm, toàn tâm góp sức chứ không phải là làm việc vì nghĩa vụ, là bạn bé chứ không phải là lợi dụng.

NGÀY THỨ 295

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi hai tay mẹ đỡ bé đứng dậy, bé dần dần đứng vững hơn. Để bé ngồi xuống, bé có thể một tay bám vật, một tay nhặt đồ dưới sàn lên.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo mẹ đứng dậy

Mục đích

Duỗi gập đầu gối, học cách khổng chế trọng tâm và lực của bàn chân và gót chân.

Phương pháp

Bé ngồi, mẹ nắm lấy hai tay bé, nhẹ nhàng giúp bé đứng dậy. Luyện tập nhiều lần.

Thường xuyên chơi trò chơi này có thể rèn luyện lực ở gót chân và phần thắt lưng, luyện tập chuyển trọng tâm cơ thể.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu sự phát triển trí lực của bé thấp hoặc cao hơn so với trình độ thông thường, cần phải quan tâm đặc biệt hơn.

Có rất ít bé bị trì độn, cũng có rất ít bé có được sự thông minh cực kỳ. Do đó bé nhà bạn gần như là giống với đại đa số các bé bình thường thuộc vào loại giữa, nên điều chỉnh mong muốn của bé một cách chính xác.

NGÀY THỨ 296

Bé lớn lên và rèn luyện

Bài kiểm tra màu sắc:

Lấy một số khối gỗ nhiều màu sắc, để bé chọn lựa ra các màu sắc không giống nhau, nếu bé không biết được màu sắc, như vậy cần phải làm mẫu cho bé xem, rồi lại để bé làm theo.

Nếu bé luôn lẫn lộn giữa màu đỏ và màu xanh (đặc biệt là đối với các bé trai), bé rất có thể bị mù màu.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với khối gỗ

Mục đích

Nhận biết sự vật.

Phương pháp

Mẹ và bé chơi khối gỗ, mẹ nói: "Con lấy tất cả những khối màu đỏ cho mẹ", "Con lấy tất cả khối màu xanh cho mẹ." Hoặc nói: "Con lấy tất cả khối lớn cho mẹ". Trò chơi này giúp các bé phân biệt và nhận biết.

NGÀY THỨ 297

Bé lớn lên và rèn luyện

Đưa cho bé trống bỏi, bé sẽ dùng cổ tay để lắc, dùng hai chiếc đùi trống cùng gõ. Cùng sự chuyển động với tốc độ ngày một nhanh hơn của cổ tay, trống cũng càng kêu to hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Chũ và nhận biết mắt và mũi

Mục đích

Nhận biết năm giác quan, rèn luyện sự nhịp nhàng giữa tay và mắt.

Phương pháp

Để bé ngồi đối diện với mẹ, mẹ hỏi: “Mắt ở đâu?” Bé chỉ mắt bé hoặc mắt mẹ, nếu bé chỉ đúng mẹ cần phải cổ vũ bé. Sau đó lại hỏi: “Mũi ở đâu?” Bé nhận biết được mắt và mũi.

Không nên cùng lúc dạy bé nhận biết cả năm giác quan. Mẹ cần phải nhớ không nên nóng vội, không thể dạy một lần quá nhiều, cho dù bé học rất nhanh rất tốt, cũng không thể học đến độ chán ngán mới dừng lại.

Lời khuyên của chuyên gia

Làm một túi hồ sơ cho bé. Đặt tranh, ảnh của bé vào đó và cất giữ. Ghi lại hành vi, cử chỉ ngẫu nhiên quan sát được của bé.

NGÀY THỨ 298

Bé lớn lên và rèn luyện

Thông thường, khi bé được sáu tháng, chín tháng, mười hai tháng nên kiểm tra xem mắt bé có bị lác hay không. Nếu bé xuất hiện triệu chứng này, cần phải kịp thời tìm đến sự giúp đỡ của bác sĩ.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi lời nói

Mục đích

Lý giải ngôn ngữ.

Phương pháp

Mẹ chuẩn bị một tập tranh và một số đồ vật thật được mô phỏng trên tranh. Đối chiếu vật thực với tranh để giải thích cho bé.

Ví dụ, tranh vẽ một chiếc cốc, mẹ lấy cốc trong nhà đặt bên cạnh bé. Trước tiên chỉ mẹ chỉ chiếc cốc trong tập tranh

nói: “Đây là chiếc cốc.” Sau đó chỉ chiếc cốc thật nói: “Đây cũng là chiếc cốc”. Đồng thời còn có thể cho bé cầm cốc lên, hoặc hỏi bé: “Cốc ở đâu nhỉ?” Nếu bé chỉ ra được chiếc cốc, mẹ sẽ khen ngợi bé. Trò chơi này không chỉ giúp bé hiểu ngôn ngữ, mà còn có thể nâng cao khả năng nhận biết sự vật.

Lời khuyên của chuyên gia

Không được chỉ trích, mắng mỏ bé. Khi bé muốn động vào đồ vật gì, bố mẹ đột nhiên lớn tiếng chỉ trích, sẽ khiến bé giật mình đến nỗi không dám động vào nữa, cách làm này là sai, khiến bé sợ hãi. Hãy nói với bé vì sao không thể đụng vào những đồ vật đó. Thường xuyên chỉ trích bé cũng giống như việc tạo cho bé một tấm gương không tốt, đến khi bé lớn lên một chút, cũng sẽ chỉ trích người khác, thậm chí còn cãi cò, tức giận.

NGÀY THỨ 299

Bé lớn lên và rèn luyện

Giai đoạn này bé có khả năng bắt chước lớn nhất, bố mẹ cần phải tận dụng tốt giai đoạn này, rèn luyện cho bé về mọi mặt, nếu không thì quãng thời gian quý báu sẽ vụt trôi qua.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghịch nước

Mục đích

Rèn luyện cơ thể.

Phương pháp

Khi bắt đầu, nên lựa chọn bể bơi có nhiệt độ nước không thấp hơn 28°C, sau bữa ăn của bé một giờ. Trước khi cho bé xuống nước, mẹ nên cho bé khởi động, sau khi xuống nước hướng dẫn bé đuối theo những đồ chơi nổi trên nước, đập nước, đập nước, hai tay quạt nước, đập chân về phía trước, sau đó dần dần học các động tác bơi.

Chỉ cho bé ở dưới nước trong khoảng 30 phút. Khi bé lên bờ, lập tức lau khô toàn thân, mặc quần áo cho bé. Cần phải chú ý quan sát phản ứng của bé khi ở dưới nước, nếu xuất hiện hiện tượng quá lạnh như mặt trắng bệch, rùng mình, phải lập tức đưa bé lên bờ, kịp thời áp dụng những biện pháp giữ ấm.

Thông thường, những bé 6~12 tháng có thể chơi trong bồn tắm, sau khi tròn một tuổi có thể đi đến bể bơi hoặc bể vầy nghịch nước.

Một số nghiên cứu cho thấy từ 0~3 tuổi là độ tuổi tốt nhất để học bơi.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Đổ nước lạnh vào trước, nước nóng vào sau, nhiệt độ nước thích hợp là 35°C~36°C.
- ❖ Để bé nằm một nửa người vào, nước không được vượt quá xương quai xanh.

NGÀY THỨ 300

Bé lớn lên và rèn luyện

Mẹ đỡ tay bé rồi thả ra, bé có thể tự đứng một mình khoảng hai giây hoặc hơn. Để bé bám lấy ghế hoặc thành giường, có thể bước được ba bước trở lên. Trong giai đoạn này, khả năng ghi nhớ hoạt động của bé bắt đầu phát triển, cũng có thể nói rằng bé có thể bắt kịp sự việc xảy ra trước mắt bé.

Trò chơi ngày hôm nay : Tìm xem quả táo ở đâu

Mục đích

Rèn luyện trí nhớ.

Phương pháp

Mua cho bé một bộ hình ảnh dạy trẻ nhận biết chữ, để

bé tìm xem tranh nào có hình quả táo, tranh nào có hình quả trứng. Cũng có thể để bé chọn lựa ra hình đồ vật mà bé biết, đồng thời chỉ và nhận biết cho mẹ xem.

Lời khuyên của chuyên gia

Không được để bé ở một mình. Khi nhận điện thoại hoặc nghe thấy tiếng gọi cửa, nhất định phải bế bé theo, cho dù điều đó có nghĩa là phải bế bé ra khỏi nước đang tắm cũng cần phải làm như vậy, bởi vì chỉ trong một thời gian rất ngắn (thậm chí chỉ vài giây), không có ai để ý sẽ có thể có những chuyện không lường trước được.

NGÀY THỨ 301

Bé lớn lên và rèn luyện

Có thể tìm một quyển sách chữ to, có hình ảnh đẹp, nội dung liên quan đến động vật, đồ chơi hoặc những vật mà bé quen. Nếu trong sách có chữ, mẹ cũng không nhất định phải đọc toàn bộ, chỉ cần nói cho bé nghe nội dung hình ảnh ở mỗi trang, ví dụ có thể dùng tay chỉ tranh và nói: “Đây là con hổ”, “Đây là con chó sủa gâu gâu”, “Ồ tô, ô tô bip bip” là được.

Trò chơi ngày hôm nay: Đọc sách

Mục đích

Nâng cao khả năng nhận biết vật cho bé.

Phương pháp

Mẹ chọn mua sách báo, tranh ảnh có chất liệu bằng nhựa hoặc bằng vải. Những sách báo tranh ảnh này không độc hại, không nguy hiểm, có thể giặt hoặc rửa sạch.

Lời khuyên của chuyên gia

Lưu ý an toàn về điện cho bé bằng cách bịt kín tất cả ổ

cắm điện, cuộn các đường dây điện dài lại, đồng thời dùng băng dính hoặc dây buộc lại.

Bé bắt đầu hứng thú với những đồ ăn hoặc đồ dùng ăn uống trên bàn, bé sẽ muốn dùng tay lấy.

NGÀY THỨ 302

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể nghe mệnh lệnh của mẹ, dùng tay chỉ và nhận biết vật mà mẹ nói đến, cũng có thể chỉ ra được một bộ phận nào đó trên cơ thể. Dạy dỗ bé một số chỉ lệnh như “ngồi xuống”, “cầm lên”, “đưa cho mẹ”, bé có thể nghe theo, đồng thời làm động tác tương ứng.

Trò chơi ngày hôm nay: Có phản ứng đối với từ “không”

Mục đích

Giám sát khả hiểu ngôn ngữ của bé.

Phương pháp

Khi bé làm những việc mà bé không được phép làm, mẹ hoặc bố nói với bé “không”, quan sát xem bé có biết dừng động tác lại hay không.

Lời khuyên của chuyên gia

Không được kê giường và các đồ dùng khác của bé gần cửa sổ. Nếu cửa sổ mở, bé có thể sẽ ngã ra ngoài.

NGÀY THỨ 303

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết gọi mẹ, bố, nhận biết người và vật thường gặp; có thể đứng thẳng một mình trong thời gian ngắn; có thể bò

nhANH; người lớn dặt tay sẽ đi theo; thích được khen ngợi; chủ động dùng động tác biểu thị ngôn ngữ; chủ động lại gần thân mật với các bạn khác.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi vận động

Mục đích

Tăng cường thể chất.

Phương pháp

Mẹ và bé ngồi trên sàn, mẹ đẩy quả bóng về phía trước, nói “bóng lăn rồi”. Sau đó, lại nói với bé: “Bắt đầu”, dẫn bé cùng đuổi theo quả bóng. Nếu khả năng bò của bé tương đối nhanh, mẹ có thể thi với bé xem ai bò nhanh hơn. Nếu bố cũng tham gia trò chơi này thì càng tốt hơn. Bố có thể đứng phía trước mẹ và bé nói: “Nhanh lên nào”, cổ vũ bé tích cực bò về phía trước. Khi giúp bé chuẩn bị đi, bố có thể để hai bàn chân bé lần lượt dẫm lên trên hai mu bàn chân bố, kéo tay bé, đi về phía trước.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé vẫn chưa hiểu ý nghĩa của từ ngữ, cho nên lời nói của mẹ được lặp lại mỗi ngày là rất quan trọng. Bé ngủ dậy sáng sớm, mẹ nói: “Trời sáng rồi! Mở mắt ra nào, bé yêu dậy thôi! Chú chim nhỏ đang gọi con kìa!”, “Thời tiết hôm nay thật đẹp, mau dậy đi, chúng ta cùng nói chào buổi sáng với ông mặt trời nào!”

Bài kiểm tra sự phát triển của bé ở tháng thứ mười

- ❖ **Động tác lớn:** Sau khi mẹ đỡ bé đứng dậy, thả tay ra, bé có thể đứng một mình khoảng hai giây trở lên. Để bé bám lấy ghế, thành giường hoặc xe nhỏ, khích lệ bé bước đi, bé có thể bước được ba bước trở lên.
- ❖ **Động tác tinh tế:** Mẹ ôm bé vào lòng, đặt một bông hoa bằng vải trên bàn, cổ vũ bé tự lấy, bé có thể dùng ngón cái và ngón trỏ cầm bông hoa lên một cách thành thục, động tác nhịp nhàng, chuẩn xác.
- ❖ **Khả năng nhận biết:** Mẹ gọi tên một vật nào đó, bé có thể chỉ được.
- ❖ **Lời nói:** Biết gọi bố và mẹ.
- ❖ **Tính tình và hành vi xã hội:** Có thể nghe theo mệnh lệnh của người lớn, làm những việc tương ứng. Khi mẹ nói “không được lấy”, “không được động vào”, bé có thể lập tức dừng động tác lại.

THÁNG THỨ MUỖI MỘT

- Bồi dưỡng thói quen ăn uống tốt cho bé.
- Đọc cho bé nghe những bài ca dao, bài thơ, mẩu chuyện.
- Tăng cường hoạt động ngoài trời, chú ý tập luyện thể dục.
- Tập cho bé tiếp xúc với người lạ, khắc phục sự nhút nhát cho bé.
- Làm gương với những việc mà đáng lẽ bé không được làm, sẽ khiến bé hình thành thói quen xấu.
- Dạy bé cách cởi giày.

NGÀY THỨ 304

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé trai nặng khoảng 9,66kg, bé gái nặng khoảng 9,08kg
Bé trai cao khoảng 74,27cm, còn bé gái cao khoảng 72,67cm

Có thể tự đứng thẳng trong khoảng thời gian rất ngắn
có thể mở hộp tìm đồ vật.

Trò chơi ngày hôm nay: Bịt mắt bắt dê

Mục đích

Để bé hiểu "Những đồ vật không nhìn thấy vẫn tồn tại"

Phương pháp

Bé khoảng một tuổi cũng có thể chơi bịt mắt bắt dê nhưng cách chơi cần phải thay đổi cho đa dạng. Trò chơi

có thể khiến bé hiểu được rằng cho dù đồ vật hoàn toàn bị che phủ, nhưng vẫn tồn tại ở dưới tấm vải (sự vật tồn tại một cách khách quan).

Mẹ và bé ngồi đối diện, mẹ dùng khăn mỏng che mặt mình lại, hỏi bé: “Mẹ đi đâu rồi?” Tiếp đó tự mẹ kéo khăn xuống, rồi nói với bé: “Mẹ ở đây này”. Lúc đầu bé thấy ngạc nhiên, tiếp đó sẽ cười phá lên. Sau vài lần chơi lại trò này, bé biết giơ tay kéo khăn trên mặt mẹ xuống. Cũng có thể lấy khăn che mặt bé, mẹ hỏi: “Con ở đâu vậy?” Bé sẽ cười và lập tức kéo khăn trên mặt xuống.

NGÀY THỨ 305

Bé lớn lên và rèn luyện

Vòng đầu bé trai khoảng 46,09cm, vòng đầu bé gái khoảng 44,89cm. Vòng ngực bé trai khoảng 49,99cm, còn bé gái khoảng 44,89cm. Âm bé phát ra bắt đầu có sự thay đổi cường độ, bắt đầu có giai điệu, có thể phát ra nhiều phụ âm hơn. Bé trong giai đoạn này ngữ âm phát ra phức tạp, đa dạng hơn rất nhiều so với giai đoạn trước đó.

Trò chơi ngày hôm nay: Lợn con kêu như thế nào?

Mục đích

Phát triển khả năng ngôn ngữ, luyện phát âm.

Phương pháp

Mẹ chọn một vài bức tranh hoặc ảnh động vật, giới thiệu với bé tên của động vật đó, sau đó để bé học cách chỉ tranh, đồng thời chuyện trò để phát triển ngôn ngữ cho bé: “Đây là chú lợn con, lợn con kêu - ừn ừn”, “Chú chó con này có bộ lông xù, chó con sủa - gâu gâu”, “Vịt con kêu - vít vít”. Bé rất thích học tiếng kêu của động vật, trò chơi này khiến việc luyện phát âm trở nên thú vị hơn.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Cần khích lệ bé học đi, nhất là với những bé lười đi, những bé nhút nhát.
- ❖ Khi bé bắt đầu tập đi, cần phải đỡ bé, sự giúp đỡ này cần thiết cho tới lúc bé có thể tự đi.
- ❖ Thời kỳ này, yếu tố an toàn phải đặt lên hàng đầu.
- ❖ Cần phải để bé tin tưởng mẹ và người khác.
- ❖ Tạo cho bé nhiều không gian hoạt động tự do.
- ❖ Tiếp tục rèn luyện động tác một cách toàn diện, rèn luyện động tác tinh tế có thể nâng cao trình độ tư duy.
- ❖ Đối với bé, sự sáng tạo động tác và sự sáng tạo tư duy đều quý như nhau.

NGÀY THỨ 306

Bé lớn lên và rèn luyện

Trong giai đoạn này, bé sẽ phát ra một số ngữ âm khiến bố mẹ ngạc nhiên, có lẽ bé sẽ phát ra tiếng gọi “mẹ”, “bố; có lẽ, bé nhà bạn trong giai đoạn này vẫn chưa phát ra một số ngữ âm. Điều này không sao hết, nếu có thể tận dụng thời gian trong giai đoạn này, tận tâm bồi dưỡng, mọi thứ đều có thể thay đổi.

Trò chơi ngày hôm nay: Xem sách

Mục đích

Nhận biết đồ vật, học nói.

Khi thị giác bé phát triển, tranh ảnh nhiều màu sắc có đủ sức hấp dẫn đối với bé, mẹ có thể thông qua tranh ảnh dạy bé nhận biết sự vật. Có thể mua cho các bé sách đồ chơi trẻ em, cũng có thể sử dụng họa báo. Khi bắt đầu có thể ôm bé vào lòng, cho bé xem một số tranh đơn giản. Mẹ cùng bé xem

tranh, có thể dạy bé rất nhiều điều, nội dung trong tranh ảnh có thể đơn giản hoặc phức tạp, trong một trang ảnh có thể có rất nhiều loại đồ vật để học, giúp bé nhận biết thế giới. Một số tranh này màu sắc đơn giản, sáng rõ, hình ảnh trong tranh phải lớn và rõ ràng, ví dụ trong tranh chỉ là một con lợn, một con cá, một cái cốc. Xem tranh cũng là giai đoạn phát triển ngôn ngữ, mẹ vừa xem vừa nói, để bé nghe các loại thanh âm không giống nhau, bé cũng dần học được cách phát ra thanh âm. Khi xem tranh, mẹ cần phải nói với bé tên gọi của các đồ vật trong tranh, nói với bé màu sắc chính trong tranh, đồng thời có thể sáng tạo một bài ca thiếu nhi, một mẩu chuyện nhỏ từ nội dung của tranh và kể cho bé nghe. Nếu là tranh động vật, thì bắt chước tiếng kêu của động vật đó. Cũng có thể kể cho bé nghe: “Con khi đang ăn đào, khi thích ăn hoa quả, thích leo trèo.” ...

Bố mẹ lưu ý, khả năng tập trung chú ý của bé chỉ trong một thời gian ngắn, nên không tham đưa ra nhiều thông tin, không nên miễn cưỡng nếu bé tỏ ra không tập trung hoặc không thích nữa.

NGÀY THỨ 307

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể ngồi một cách vững vàng trong thời gian khá dài, có thể tự bò đến nơi mà bé muốn, có thể bám vào đồ vật và đứng vững.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghịch nước

Mục đích

Học những kiến thức cơ bản nhất.

Phương pháp

Nước là đồ chơi mà bé chơi không biết chán. Chuẩn bị

một chậu nước ấm, đặt vào trong chậu chiếc lọ nhỏ, bát nhỏ bằng nhựa, để bé mức nước rồi lại đổ ra.

NGÀY THỨ 308

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể nói một số từ đơn giản. Bé có thể lý giải ý nghĩa những từ thường dùng. Đồng thời cũng sẽ làm một số động tác biểu thị nghĩa của từ.

Trò chơi ngày hôm nay: Hộp có sáu mặt đều vẽ tranh

Mục đích

Bồi dưỡng khả năng quan sát và khả năng lý giải ngôn ngữ.

Tiền đề

Biết tìm tranh.

Phương pháp

Sử dụng một thùng giấy cao khoảng 45cm, trên cả sáu mặt thùng dán các bức tranh khác nhau (con lợn, con gà...). Để bé bám vào thùng đứng thẳng, khi mẹ hỏi: “Lợn con đâu?”, bé sẽ bám vào thùng giấy xoay đi xoay lại, đến khi tìm thấy mặt có dán hình lợn con mới thôi. Nếu tìm không thấy, mẹ khuyến khích bé bò quanh tìm kiếm.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Nếu một đứa trẻ được khen ngợi, nó sẽ học được sự cảm kích.
- ❖ Nếu một đứa trẻ sống trong tình thương yêu, nó sẽ học được tình yêu.
- ❖ Nếu một đứa trẻ sống trong sự chia sẻ, nó sẽ học được tính khảng khái

- ❖ Nếu một đứa trẻ sống trong sự chân thành, nó sẽ học được cách sống thanh thản.
- ❖ Nếu một đứa trẻ sống trong sự thành thực và chính trực, nó sẽ học được chân lý và công bằng.
- ❖ Nếu một đứa trẻ sống trong sự an toàn, nó sẽ học được cách tin tưởng bản thân và mọi người xung quanh.
- ❖ Nếu một đứa trẻ sống trong tình hữu nghị, nó sẽ học được rằng thế giới này là nơi sinh sống tốt nhất.

NGÀY THỨ 309

Bé lớn lên và rèn luyện

Những kết quả nghiên cứu gần đây cho thấy, động tác bò là cực kỳ quan trọng và cần thiết để trẻ phát triển mạnh khỏe, đặc biệt là tốt cho thị lực của trẻ. Do đó, những bé chưa tròn một tuổi, nên để trẻ học bò, không nên học đi sớm, nếu không thì rất dễ phát sinh những trở ngại trong sự phát triển thị lực.

Ngoài ra, bé đi quá sớm, sẽ tăng nguy cơ chân bị biến dạng hình chữ "X" hoặc hình chữ "O".

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm bé dưới gầm giường

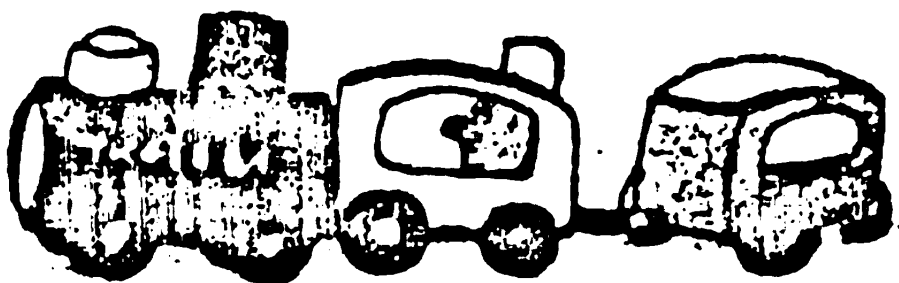
Mục đích

Kích thích tính tò mò, luyện bò.

Phương pháp

Dọn dẹp sạch sẽ gầm giường hoặc gầm bàn, biến nơi đó thành một nơi thám hiểm đầy sự thú vị. Đặt một số đồ chơi dưới gầm bàn, gầm giường, nói với bé: "Bên trong có nhiều đồ chơi rất hay, con đi tìm xem là gì vậy." Tính tò mò của bé sẽ thôi thúc bé đi tìm kiếm "kho báu".

Lưu ý:
Không nên
phủ giường,
phủ bàn
bằng khăn



rườm rà, không nên để phòng tối, găm bàn găm giường tối khiến bé sợ hãi.

NGÀY THỨ 310

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được mười một tháng thích bắt chước gọi mẹ, cũng bắt đầu học bước vài bước, học đi. Bé thích nhìn bên này, ngó bên kia, giống như đang thám hiểm môi trường xung quanh.

Trò chơi ngày hôm nay: Gãi ngứa

Mục đích

Vận động cơ thể và khả năng cân bằng.

Phương pháp

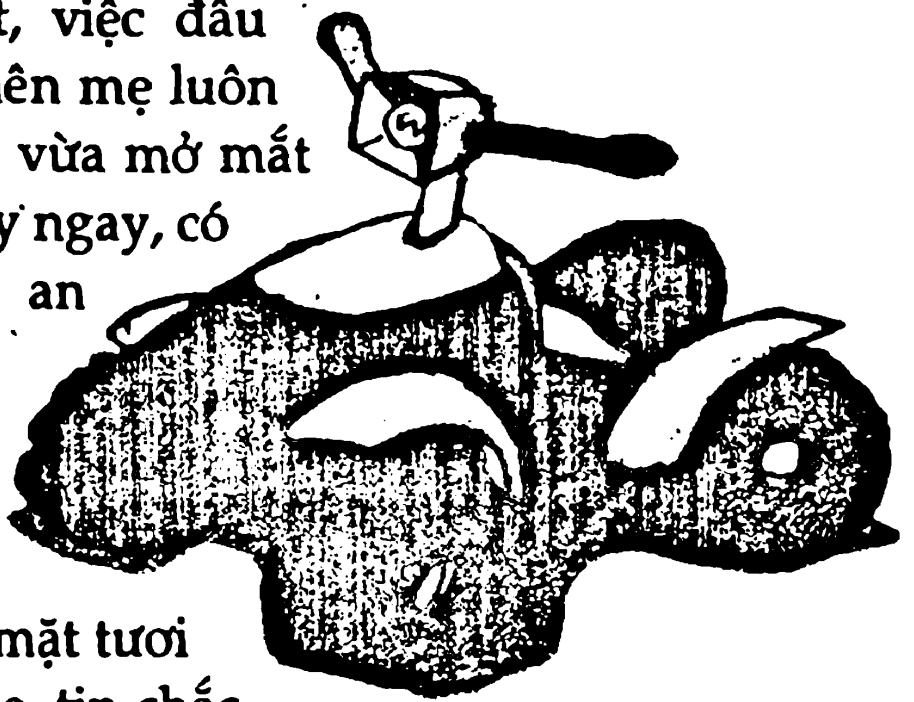
Nắm lấy một tay bé, đồng thời giang rộng tay bé, dùng tay còn lại vẽ lên lòng bàn tay bé một vòng tròn, tiếp đến dùng hai ngón tay di chuyển lên trên theo hướng cánh tay bé. Khi hát xong bài hát thiếu nhi, gãi gãi cảm.

Một con gấu béo béo, xoay vòng tròn trong vườn hoa, một bước, hai bước, rồi ba bốn bước, thì đứng lại đây gãi gãi.

Lời khuyên của chuyên gia

Tình thương của bố mang đặc trưng giới tính tự nhiên của đàn ông. Cách biểu đạt tình cảm của bố cũng phong phú, lúc thì nghiêm khắc, kiên quyết, lúc lại nhiệt tình, cười tươi, khiến bé cảm nhận được sức mạnh của một người đàn ông.

Bé vừa mở mắt, việc đầu tiên là tìm mẹ, cho nên mẹ luôn luôn ở gần bé, để bé vừa mở mắt ra là có thể trông thấy ngay, có cảm giác tương đối an toàn. Sau đó nói chuyện với bé, bé vừa tỉnh dậy, sẽ tiếp xúc ngay với thanh âm và khuôn mặt tươi cười dịu dàng của mẹ, tin chắc



rằng cả một ngày tâm tính bé sẽ hết sức vui vẻ. Ví dụ như: “Con yêu, mẹ ở đây này! Con đã tỉnh dậy rồi à? Con ngủ có ngon không?”

NGÀY THỨ 311

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sau tháng thứ mười một, sự trưởng thành về vóc dáng sẽ chậm lại so với trước.

Chúng ta nên khích lệ bé phát ra được âm đơn, ví dụ như: bố, mẹ. Chúng ta nên tạo cho bé một môi trường để bé nói chuyện. Cần phải nói tên đồ vật mà bé muốn với bé, còn phải nói đặc điểm của đồ vật đó nữa, ví dụ: quả táo, màu đỏ... Như vậy chỉ sau vài lần, ít nhất bé cũng sẽ nói được “quả”. Vậy nên cần tạo cho bé môi trường ngôn ngữ, kích thích bé nghe và nói để ngôn ngữ của bé sẽ phát triển.

Trò chơi ngày hôm nay: Lấy đồ chơi theo lời dặn

Mục đích

Mở rộng phạm vi nhận biết vật.

Phương pháp

Đặt 3~4 món đồ chơi ở nơi bé có thể lấy được. Mẹ nói: “Đưa cho mẹ búp bê”, “Đưa cho mẹ ô tô”, để bé tìm thấy đồ chơi và đưa cho mẹ. Nếu bé vẫn nghe không hiểu, hoặc không biết tên của món đồ chơi đó, mẹ có thể lấy đồ chơi đưa cho bé, nói với bé tên gọi của đồ chơi, rồi lại để bé lấy đưa cho mẹ.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi cho bé ăn, nói với bé những lời vui vẻ, như: “Con nhìn này, hãy nhìn thìa, thìa đây rồi. Há miệng. Ồ, thật giỏi! Ném thử nào, đây là thứ gì mà ngon vậy nhỉ? Ồ, thật ngon.” Khi cho bé ăn, không nên đút quá nhanh, quá nhiều, cũng không được bắt ép bé ăn.

NGÀY THỨ 312

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích nói chuyện, mẹ nên tranh thủ cơ hội để phát triển ngôn ngữ cho bé. Nên dùng những lời ngắn gọn có liên quan mật thiết với cuộc sống của bé. Ví dụ: tên người thân, đồ ăn, tên đồ chơi và động tác trong cuộc sống hàng ngày.

Chú ý không được dạy bé nói ngọng, cần sử dụng ngôn ngữ chuẩn xác để dạy bé, khi bé ra hiệu chỉ đồ vật bé muốn, cố gắng dạy bé phát âm, sử dụng ngôn ngữ. Trong quá trình học tập, cần phải để bé duy trì tình cảm vui vẻ.

Trò chơi ngày hôm nay: Bàn tay xinh xinh

Mục đích

Luyện tập động tác tay.

Phương pháp

Bé có thể nắm đồ vật một cách rất dễ dàng, rồi thả ra, bé

dành rất nhiều thời gian để lấy đồ chơi từ trong hộp ra rồi lại đặt vào. Mẹ giơ tay ra về phía bé, bé có thể lấy đồ đưa cho mẹ. Bé thích chơi trò chơi vỗ tay.

Hãy đưa cho bé một số chai lọ và một chiếc hộp, một số khối gỗ và một cái làn, hoặc một số thìa bằng gỗ và một chiếc bát nhựa, để bé tập lấy và đặt đồ vật.

NGÀY THỨ 313

Bé lớn lên và rèn luyện

Sau khi bé biết đi, thế giới trước mắt mở rộng, bé cảm thấy nhiều thứ thật mới mẻ và tò mò đối với tất cả mọi vật. Do đó, bố mẹ phải chú ý giữ an toàn cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Vòng đi vòng lại

Mục đích

Luyện đi.

Phương pháp

Mẹ ngồi ở một phía của bàn, đặt bé ở phía bên kia, để bé bám vào bàn đứng vững. Mẹ nói: “Đến chỗ mẹ nào.” Bé sẽ từ từ bám mép bàn vòng sang bên mẹ.

NGÀY THỨ 314

Bé lớn lên và rèn luyện

Ngón cái và ngón trỏ có thể phối hợp nhịp nhàng để cầm lên một đồ vật nhỏ. Bé biết làm động tác vỗ tay, xua tay.

Trò chơi ngày hôm nay: Vẽ sao

Mục đích

Học cách cầm bút thử vẽ.

Phương pháp

Trải một tờ giấy khổ lớn trên bàn, mẹ vẽ và nói rằng “Đây là ngôi sao”. Đưa bút sáp cho bé, mẹ cầm tay bé cùng vẽ sao với bé, sau đó thả tay ra để bé tự vẽ. Khi bé chấm nhiều điểm lung tung trên giấy, mẹ nói “đây là ngôi sao”, khi bé vẽ lung tung một đường dài, mẹ nói “đây là mì tôm”, cả nhà cùng cười vui vẻ, khiến bé muốn vẽ.

NGÀY THỨ 315

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích giao lưu với người lớn, đồng thời bắt chước cử động của người lớn. Khi bé cảm thấy không vui sẽ bộc lộ ra sự không vừa lòng.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò múa rối

Mục đích

Dạy bé nói.

Chuẩn bị

Đồ chơi hình con vật. Hoặc làm con rối bằng cách chiếc tất ngắn vẽ con mắt và cái miệng, dùng chỉ móc thành cái tai, đi tất vào tay, hoặc có thể sử dụng các đồ vật khác làm con rối.

Phương pháp

Mẹ kéo rèm cửa vào, dùng hai tay cầm con rối, biểu diễn múa rối. Căn cứ vào sở thích của bé để biểu diễn một câu chuyện mà bé đã quen.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé thích cho những thứ cầm được vào miệng, vì vậy các đồ vật như hạt ngọc, khuy áo, kim, đinh... phải được cất giữ

cẩn thận, không được để trong tầm tay của bé để phòng bé nuốt vào bụng hoặc nhét vào mũi, vào tai.

NGÀY THỨ 316

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích xé giấy, đây là một vận động rất tốt cho sự phát triển của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Xé giấy

Mục đích

Rèn luyện khả năng bắt chước, và động tác tinh tế của tay.

Phương pháp

Chuẩn bị cho bé một chiếc ghế nhỏ, mẹ cùng bé ngồi trên ghế chơi. Chuẩn bị một ít báo cũ, chú ý giấy không được quá dày, quá dai, quá nhẵn, giấy quá dai rất sắc cạnh, có thể làm đứt tay bé, để bé xé giấy. Mẹ có thể xé cùng với bé, mẹ nên xé thành hình dạng nhất định. Xé xong đưa cho bé nhìn, vừa nói với bé vừa dạy bé xé. Cho dù bé xé giống hay không giống, chỉ cần bé không xé lung tung, mà đã bắt đầu bắt chước theo mẹ, thì hãy khen ngợi bé.

Trò chơi xé giấy có thể rèn luyện sức chú ý cho bé, giúp bé có thể tập trung sức chú ý trong một thời gian dài, rèn luyện sự khéo léo cho mười đầu ngón tay, kích thích sự phát triển của não.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Cần phải có những vận động kiên trì không ngừng, đặc biệt là các vận động nhún nhảy của chân.
- ❖ Cần phải duy trì tinh thần cởi mở vui vẻ cho bé.
- ❖ Bé cần phải có giấc ngủ đầy đủ.

- ❖ Kiên trì luyện tập như vậy, bé sẽ phát triển chiều cao rất tốt.

NGÀY THỨ 317

Bé lớn lên và rèn luyện

Trong quá trình chơi, bé còn thích những đồ chơi có thể thò tay vào trong lỗ, đồng thời đặt một món đồ chơi vào trong một món đồ chơi khác.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe đếm số

Mục đích

Quen với thứ tự từ nhỏ đến lớn của các chữ số, chuẩn bị cho khái niệm phát triển chữ số.

Phương pháp

Khi mẹ bế bé lên xuống cầu thang hoặc đỡ bé học đi, mẹ cần phải đếm cho bé nghe từ số 1 đến số 10 một cách có tiết tấu; cũng có thể khi bé chơi khối gỗ, mẹ giúp bé xếp khối gỗ đếm số. Mỗi ngày ít nhất ba lần, để bé từ từ quen với thứ tự các số.

Lời khuyên của chuyên gia

Các chất: xăng, dầu hỏa, cồn, thuốc... cần phải để ở nơi an toàn mà bé không thể tìm được, không thể lấy được.

NGÀY THỨ 318

Bé lớn lên và rèn luyện

Sự phát triển động tác tay của bé càng ngày càng phức tạp, từ việc chơi với một đồ vật trước mắt, chuyển sang cùng lúc chơi với hai đồ vật, rồi chơi với các loại đồ vật bằng nhiều cách khác nhau.

Trò chơi ngày hôm nay: Nắm chắc lấy

Mục đích

Rèn luyện sự cân bằng.

Phương pháp

Dùng sợi dây buộc vào đồ chơi, mẹ cầm sợi dây lên, khiến đồ chơi lay động trước mặt bé, để bé đi bắt lấy.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé sẽ vừa chơi vừa ăn hoặc kén ăn. Nếu bé ham chơi đến mức không muốn ăn, tốt nhất kịp thời dừng ngay việc chơi lại. Nếu bé kén ăn, ngoài việc thay đổi chế độ ăn hợp lý, thay đổi cách chế biến, giãn thời gian giữa các bữa, tạo không khí dễ chịu, vui tươi cho bữa ăn.

Có thể tạo nên sự hưng phấn, thêm ăn cho bé bằng các câu chuyện trò: “Đồ ăn hôm nay sao ngon thế nhỉ, quả dưa chuột này, thơm ơ là thơm”, “Mẹ làm chú thỏ nhỏ bằng quả trứng này, có giống không nào”...

NGÀY THỨ 319

Bé lớn lên và rèn luyện

20% số bé trong độ tuổi này có thể tự đi chập chững, trong đó không ít bé đã có thể cầm đồ vật trong tay và đi.

Trò chơi ngày hôm nay: Chui qua hầm

Mục đích

Luyện tập bò hoặc đi.

Phương pháp

Tận dụng các thùng giấy các tông to, khoét lỗ ở hai đầu vừa người bé chui qua. Đặt thùng giấy ngang trên sàn, đặt bé

ở một đầu thùng, sau đó mẹ sang đầu bên kia, nhìn bé khích lệ bé chui qua “hầm”, bò đến chỗ mẹ.

Chú ý dán băng dính ở mép thùng vừa cắt để tránh làm xước làn da mỏng của bé.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Xương bé còn mềm, không được để bé đi quá lâu.
- ❖ Tiếp tục phát triển ngôn ngữ của bé.
- ❖ Tạo môi trường thân thiện, văn minh trong gia đình.
- ❖ Rèn luyện khả năng độc lập cho bé, nhưng cần phải bảo đảm sự an toàn.

NGÀY THỨ 320

Bé lớn lên và rèn luyện

Cùng với sự phát triển của động tác, tính tùy ý trong các động tác cũng ngày càng tăng lên, điều đó có liên hệ với sự phát triển của ngôn ngữ.

Khi bé giơ tay lấy đồ vật mà lấy không được, mẹ có thể giúp bé, nhưng không phải đơn giản là lấy thay bé, mà cần phải hướng dẫn bé sử dụng “công cụ” đi lấy. Ví dụ như trên bàn ăn có một viên đường, bé muốn lấy nhưng không với tới được, lúc này bé rất nóng ruột, mẹ không được lấy thay bé, mà đưa cho bé một chiếc đĩa hoặc một chiếc thìa dài. Bé có thể dùng thìa gạt viên đường lại gần rồi lấy. Nếu bé làm một lần mà chưa thành công, nên khích lệ bé tiếp tục cố gắng hoặc tự nghĩ ra cách khác.

Trò chơi ngày hôm nay: Úm ba la đổ ra

Mục đích

Luyện tập ngồi và động tác tay, hiểu được khái niệm không gian đơn giản “bên trong” và “bên ngoài”.

Phương pháp

Bé ngồi, đặt trước mặt bé hộp giấy hoặc hộp nhựa. Mẹ đặt vào trong hộp đồ chơi, khối gỗ... nắm tay bé, “úm ba la” dốc ngược hộp cho đồ chơi đổ ra.

Hướng dẫn bé cho đồ chơi vào hộp rồi đổ ra.

Lời khuyên của chuyên gia

Có khi bé sẽ tự đặt tên cho các đồ vật, ví dụ: “ùn ừn” là để chỉ con lợn, “tùng tùng” là để chỉ trống, đừng vội sửa đổi, hãy xem đó là niềm vui.

NGÀY THỨ 321

Bé lớn lên và rèn luyện

Động tác tay của bé linh hoạt hơn, tay và mắt phối hợp tốt hơn. Bé biết dùng ngón tay kẹp những đồ vật nhỏ, có thể đẩy cánh cửa nhẹ, có thể chơi rất nhiều loại đồ chơi.

Mẹ hát cho bé nghe, cùng chơi đồ chơi với bé, dạy bé lễ phép, phát triển khả năng giao lưu xã hội.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi với cát

Mục đích

Bồi dưỡng khả năng sáng tạo.

Chuẩn bị

Một chiếc thùng nhỏ, một chiếc xẻng và một chiếc khuôn.

Phương pháp

Mẹ và bé cùng xúc cát đổ vào thùng rồi lại đổ hết ra, hoặc dùng khuôn làm bánh bao, dùng cát ẩm xây “ngọn núi cao”, dùng ngón tay vẽ trên cát, chú ý không được để cát bay vào mắt bé hoặc để bé cho cát vào miệng.

Lời khuyên của chuyên gia

Những bé chưa tròn một tuổi, sự phát triển của xương và cơ chưa hoàn chỉnh, nếu đi quá sớm, bàn chân chịu một trọng lượng quá lớn, sẽ gây ra tổn thương đối với chân, ảnh hưởng nghiêm trọng đến sự hình thành của chân, xuất hiện bệnh chân bẹt. Hai chân cũng sẽ vì chịu trọng lượng quá lớn, chân sẽ biến dạng.

NGÀY THỨ 322

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi biết đi, không những bé có thể chủ động tiếp xúc với các sự vật, mà còn có lợi đối với sự phát triển của thính giác, thị giác, cơ quan ngôn ngữ, mở rộng hơn nữa phạm vi nhận thức của bé.

Bé có nhu cầu giao lưu rất lớn, thích chơi cùng với người lớn. Người lớn muốn bé làm gì, bé sẽ ngoan ngoãn làm theo ngay, có lúc, bé lại đưa cho bạn cả những đồ chơi đang cầm trong tay hoặc những thứ đang ăn rất ngon, khi bạn thực sự muốn nhận, bé lại rút tay lại, giấu đằng sau lưng, không muốn đưa nữa. Lúc này ý thức bản thân bắt đầu nhen nhóm phát triển, bé không còn cho chân vào miệng nữa, biết được rằng chân là một bộ phận của cơ thể bé, không phải là đồ chơi, bé càng ngày càng hoạt bát và đáng yêu hơn.

Trò chơi ngày hôm nay: Chó con có cái gì

Mục đích

Phát triển khả năng quan sát, bồi dưỡng khả năng chú ý một cách có ý thức.

Phương pháp

Khi nhìn thấy một con chó, hãy nói: “kìa, chú chó con”, lại nói “chó con có cái đuôi, có chân, có hai cái tai nhọn, có mắt, có mõm, mũi của chó rất thính, chó thích ăn xương”. Về

đến nhà, tìm tranh có hình chú chó để bé xem đâu là đuôi, đâu là mặt, đâu là mũi, nhưng mỗi lần tốt nhất chỉ nhận biết một cơ quan, sau khi nắm chắc rồi lại học tiếp cơ quan khác.

NGÀY THỨ 323

Bé lớn lên và rèn luyện

Nếu bé có yêu cầu không hợp lý, bố mẹ phải từ chối ngay, tuyệt đối không thể vừa trông thấy bé gào khóc, đã mềm lòng nhượng bộ bé. Chiều theo ý bé sẽ khiến bé hình thành thói quen buông thả, Như vậy, thương bé sẽ thành hại bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo lại dây

Mục đích

Có thể khiến bé lý giải mối quan hệ logic giữa các sự vật, phát triển khả năng giải quyết vấn đề.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên một chiếc ghế nhỏ cạnh bàn, trên bàn đặt những món đồ chơi mà bé yêu thích nhưng không với tay lấy được. Khi bé nhìn mẹ tỏ ý muốn được giúp đỡ, mẹ dùng một sợi dây nối với đồ chơi, xem bé có biết kéo sợi dây lấy đồ chơi hay không. Mẹ có thể làm mẫu để bé bắt chước theo, không ngừng thay đổi màu sắc của dây, đặt lên bàn các loại đồ chơi khác nhau.

NGÀY THỨ 324

Bé lớn lên và rèn luyện

Trong quá trình thực hiện các động tác cầm nắm, bé từng bước hình thành vận động nhịp nhàng giữa tay và mắt, phát triển tri giác và khả năng tư duy cụ thể của bé.

Bé có thể nghe hiểu lời người lớn nói, cần phải dạy bé phát âm. Bé cần phải nhìn, bắt chước khẩu hình, cần phải nghe phát âm, chú ý sự biến đổi khẩu hình trong quá trình phát âm.

Khi mẹ dạy bé nói, phải thể hiện tình cảm phong phú, để bé nhìn rõ khẩu hình khi người lớn nói, động tác của miệng, làm sâu sắc hơn cảm nhận về ngôn ngữ, ngữ điệu, dần dần bắt chước người lớn phát âm. Ngoài ra, hãy để bé nghe các bài hát thiếu nhi, để các bé cảm thụ được cái đẹp của giai điệu.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhảy lắc lư

Mục đích

Nếu bé thăng bằng không tốt, không thể đứng thẳng một mình vững được, vẫn có thể chơi trò chơi này. Rèn luyện động tác lớn và khả năng thăng bằng, bồi dưỡng cảm thụ tiết tấu.

Phương pháp

Để bé ngồi trên giường, bật một đoạn nhạc có tiết tấu nhanh, rõ ràng mà bé thích nghe, dùng tay đỡ lấy hai cánh tay bé, lắc lư toàn thân, sau nhiều lần lặp lại, từ từ để bé tự lắc lư theo nhạc. Lại tiếp tục đỡ bé đứng thẳng, sau khi đợi bé đứng vững, mẹ thả tay ra. Nếu bé chỉ có thể đứng một mình trong vòng vài giây, khi bé ngã về một bên, mẹ nhẹ nhàng đỡ vào bé, để bé đứng thẳng; như thế, bé sẽ giống một con lật đật lắc lư mọi phía nhưng không ngã. Nếu bé có thể đứng một mình trong khoảng 20 giây trở lên, có thể để bé học cách lắc lư toàn thân theo tiết tấu nhạc mà không ngã.

NGÀY THỨ 325

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể mở ngăn kéo lấy đồ, có thể đổ hết nước trong cốc đi, có thể dùng tay chỉ trỏ để đưa ra yêu cầu cái này cái kia.

Trò chơi ngày hôm nay: Chăm sóc búp bê bằng vải

Mục đích

Có thể rèn luyện khả năng tự xử lý đơn giản,

Phương pháp

Khi bé 11~12 tháng, cho bé chơi các trò chơi gắn gũi với thực tiễn cuộc sống. Ví dụ chơi tắm cho em búp bê, mặc quần áo, đút thức ăn, lau mũi cho búp bê..., khiến bé học được cách biết chăm sóc bản thân thông qua trò chơi chăm sóc búp bê.

NGÀY THỨ 326

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé bắt đầu cảm thấy hứng thú đối với rất nhiều sự vật xung quanh, bé có thể tập trung chú ý vào một sự vật nào đó trong khoảng thời gian tương đối dài, chăm chú chơi một món đồ chơi, để ý đến lời nói và hành vi của những người xung quanh.

Nếu hỏi bé: "Ti vi đâu?" Bé sẽ nhìn ti vi, đồng thời dùng tay chỉ ti vi. Hỏi bé: "Mũi của bé đâu?" bé sẽ dùng tay chỉ vào mũi mình.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Cha mẹ nên dành thời gian để chơi với bé nhiều hơn, tích cực cho bé chơi các trò chơi gắn liền với thực tiễn cuộc sống.
- ❖ Cho bé tham gia giao lưu với các bạn, gặp gỡ mọi người để bé mạnh dạn, tự tin.
- ❖ Cho đến hiện nay, chưa có chứng minh thực tế xe tập đi có tác dụng không tốt đối với sự phát triển của các bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Vẽ mặt người

Mục đích

Thông qua một số trò chơi đơn giản, để chơi để bé nhận

biết bản thân, dần nhận biết các sự vật khác. Trò chơi vẽ mặt người là một ví dụ.

Phương pháp

Chuẩn bị một tờ bìa cứng, trên bìa vẽ phác hình đầu người, mẹ có thể vẽ thêm tóc hoặc một số đồ trang trí trên tóc. Mẹ và bé vừa vẽ vừa trò chuyện vui vẻ. Khi bé lớn hơn một chút, có thể để bé tự vẽ mắt, tai, mũi...

Hoặc hai mẹ con chơi xé dán giấy để ghép thành bức tranh hình mặt người, trò chơi này cũng phù hợp và giúp bé củng cố nhận thức về cơ thể, ngoài ra còn phát triển kỹ năng hoạt động của đôi tay.

Phương pháp cụ thể

- ❖ Trước tiên mẹ để bé tự nhận biết tai, mũi, mắt, miệng, sau đó mẹ lấy ra tranh ảnh khuôn mặt mà mẹ đã chuẩn bị sẵn để bé phân biệt và nhận biết.
- ❖ Mẹ hoặc bố làm mẫu dán trước, có thể cố ý dán sai vị trí, để bé phân biệt đúng - sai, đồng thời để bé sửa từ sai thành đúng.
- ❖ Bé tự dán, bố mẹ hướng dẫn thêm.
- ❖ Khi hướng dẫn bé dán cần phải chú ý căn cứ vào đặc điểm tuổi bé, không đòi hỏi cao về tỉ lệ trên mặt, chỉ yêu cầu vị trí của các bộ phận về cơ bản hợp lý là được.
- ❖ Có thể mở rộng trò chơi thành dán các con vật khác, ví dụ dán hình thỏ con, gấu con. Từ đó để bé hiểu được đặc trưng ngoại hình của các loài động vật.

NGÀY THỨ 327

Bé lớn lên và rèn luyện

Mẹ dạy con mặc quần áo, đi tất, rửa mặt, rửa tay vì thời gian này bé đã có thể bắt chước động tác của người lớn, động tác tay cũng càng linh hoạt hơn.

Bé được hơn mười tháng, phần lớn các động tác vẫn là bò, có lúc bám lan can đứng thẳng và đi. Bé có sức khỏe tốt thường có nhu cầu tự đứng một mình, sau khi bám lan can đứng dậy, bé sẽ thả lỏng tay ra một chút, để thể hiện khả năng tự đứng của mình, có lúc bé có thể đứng rất vững, thậm chí còn không cần bám bất kỳ đồ vật nào bé vẫn đứng dậy được. Lúc này, mẹ không cần phải ngăn cản, hãy để bé đứng.

Để tập cho bé tự đứng một mình, trước tiên mẹ có thể cho bé chuyển từ ngồi xổm đến đứng dậy, sau đó lại ngồi rồi lại đứng dậy. Mới bắt đầu có thể kéo nhẹ một tay của bé, để bé nhận được một sự trợ giúp. Tự đứng thẳng một mình là đoạn mở đầu để các bé học đi.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm đồ chơi

Mục đích

Tạo cho bé sự tự tin, vui vẻ, thích tìm tòi, khám phá.

Phương pháp

Giấu đồ chơi vào những nơi khác nhau, ví dụ như dưới gối, trong hộp, trên bậc thềm thấp, bên cạnh bàn, hoặc giấu vào giữa những đồ chơi khác. Cũng có thể giấu một vài món đồ chơi lần lượt ở một vài nơi ngay trước mặt bé, để bé tìm ra từng món đồ chơi, bé sẽ cảm thấy cực kỳ vui sướng khi tự mình tìm ra món đồ chơi đó.

Lời khuyên của chuyên gia

Một vài bé do dây cuống lười quá ngắn, nên phát âm không rõ, cần phải cho bé đi khám. Dây cuống lười quá ngắn đa phần là do bẩm sinh, có thể làm phẫu thuật để chữa trị.

NGÀY THỨ 328

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thường chỉ có thể ghi nhớ sự vật được vài ngày hoặc

mười mấy ngày. Nhưng trí nhớ của bé có quan hệ rất lớn với sự bồi dưỡng, rèn luyện về sau.

Mẹ có thể cùng bé nhận biết tranh ảnh, rèn luyện khả năng nhận biết, phân biệt, trí nhớ, khả năng lý giải. Mẹ có thể để bé nhìn tranh, rồi để bé nhìn vật thực, trải qua nhiều lần so sánh, xem xét lặp lại như vậy, bé sẽ rất nhanh nhận biết tranh ảnh nào tượng trưng cho loài động vật nào. Cuối cùng có thể đảo lộn những tranh ảnh mà bé đã quen với những tranh ảnh khác với nhau, rồi lại để bé tìm ra những tranh ảnh mà bé quen từ trong đồng tranh ảnh đó. Nếu bé làm được điều này cần phải khen ngợi bé, nhằm tăng sự tự tin cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Quả nào to

Mục đích

Dạy cho bé cách so sánh..

Phương pháp

Mẹ có thể vẽ hai quả táo, một quả to, một quả nhỏ rõ rệt. Để bé chỉ xem quả nào to hơn. Có thể cho bé so sánh vật thật.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi bố mẹ không ở bên cạnh, bé sẽ sử dụng một đồ vật để giúp bé giảm bớt sự sợ hãi khi bố mẹ đi đâu đó. Phải khích lệ bồi dưỡng tình cảm lưu luyến này. Thời kỳ đầu giai đoạn sơ sinh, đưa cho bé một món đồ chơi bằng len, nhung, hoặc một món đồ chơi hình núp vú. Bé sẽ có cảm giác an toàn đối với những đồ vật này.

NGÀY THỨ 329

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết dùng ngón cái và bốn ngón còn lại làm các động tác cầm nắm.

Trò chơi ngày hôm nay: Phối hợp quần áo

Mục đích

Học cách tự chuẩn bị quần áo cho bản thân.

Phương pháp

Khi người lớn mặc quần áo cho bé, để bé xỏ hai tay vào ống tay áo, khi mặc quần cho bé người lớn mở rộng ống quần, để bé xỏ chân vào trong ống quần. Cũng để bé học cách kéo cạp quần lên.

NGÀY THỨ 330

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích những đồ vật có thể đóng mở, lắp ghép, hoạt động. Bé hay sắp xếp một số đồ lật vật, trò chơi này rèn luyện động tác tinh tế cho bé, để bé dần dần quen với đặc trưng của các loại đồ vật.

Giúp bé sử dụng “công cụ” để làm những việc bé không thể trực tiếp làm được, sẽ khiến cho tư duy các bé mở mang, hình thành thói quen biết động não suy nghĩ vấn đề.

Trò chơi ngày hôm nay: Xếp khối gỗ và lăn bóng

Mục đích

Rèn luyện khả năng quan sát và động tác cơ thể. Bước đầu hình thành khái niệm những vật hình tròn có thể lăn được, giải thích quan hệ giữa vật thể và đặc tính vật thể.

Phương pháp

Bước thứ nhất: Đưa cho bé hai khối gỗ, một quả bóng bàn (khối gỗ cân bé hơn quả bóng bàn một chút), dạy bé xếp một khối gỗ lên một khối gỗ khác, rồi lại thử đặt quả bóng bàn lên trên khối gỗ thứ hai, nhưng quả bóng bàn lại rơi

xuống sàn, và lăn đi mất. Lúc này, lại đưa cho bé một khối gỗ nữa, lần này bé đã thành công.

Bước thứ hai: Đưa cho bé một cây gậy nhỏ và một quả bóng da, xem bé có biết sử dụng cây gậy đẩy quả bóng lăn đi không. Sau đó lấy quả bóng da đi, đưa cho bé một hộp tròn nhỏ có một bên thẳng (ví dụ như một cái lon), xem bé có dùng gậy đẩy cái lon lăn đi không. Không được dạy bé làm một cách vội vàng, mà cần phải quan sát, gợi ý để bé tự làm.

Lời khuyên của chuyên gia

Không mua cho bé những đồ chơi dễ vỡ hoặc có góc cạnh nhọn sắc, cũng không được đưa cho bé những đồ chơi quá nặng.

NGÀY THỨ 331

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể vút đồ đi một cách có ý thức, không còn cho đồ vào miệng nữa. Bé vẫn thử cầm hai khối gỗ bằng một tay. Đưa cho bé hai khối gỗ để bé nắm, để bé từ từ quen với cảm giác trong tay không chỉ nắm một khối gỗ, cho dù bé sẽ vút đi cả hai.

Khích lệ bé cố gắng dùng thìa ăn cơm.

Có thể chọn mua cho bé những đồ chơi có thể kéo đi được, đồng thời phát ra thanh âm, ví dụ như kéo vịt, để tăng hứng thú cho bé học đi. Đặt đồ chơi ở nơi bé không thể với tới được, để một cây gậy ở bên cạnh tay bé, bé phải biết sử dụng gậy lấy đồ chơi.

Bé có thể nghe và chỉ ra được ba món đồ chơi thân quen với bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Mở ra, đóng lại

Mục đích

Để bé hiểu được quan hệ giữa vật và vật.

Phương pháp

- ❖ Mẹ dùng tờ báo bọc một khối gỗ, mở ra, rồi lại bọc lại. Sau đó khích lệ bé mở tờ báo ra để lấy khối gỗ.
- ❖ Mẹ lấy một quyển sách bìa cứng, mở ra rồi đóng lại, rồi lại mở ra, đóng lại, để bé bắt chước, bé có thể cũng mở ra, đóng lại.
- ❖ Mẹ lấy một cái vòng, xuyên vào một cái gậy hoặc bút chì, để bé cũng xuyên vào và nhìn.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu được người lớn dắt tay, bé có thể đi được. Bé có thể hiểu được nghĩa chính xác của nhiều từ đơn giản; biết gọi bà, cô, dì...; có thể chỉ ra một số bộ phận trên cơ thể; không muốn mẹ bế những bé khác.

NGÀY THỨ 332

Bé lớn lên và rèn luyện

- ❖ Bé đang học nói, bố mẹ cần phải chú ý một số vấn đề dưới đây:
- ❖ Hãy cẩn trọng trong lời nói của mình. Bất luận là người lớn nói gì, bé đều có khả năng nghe thấy mặc dù chưa thể hiểu được hết.
- ❖ Khi nói chuyện trước mặt bé nên nhã nhặn, thiện ý. Bé không hiểu điều người lớn đang nói là việc gì, nhưng có thể hiểu được thái độ nói chuyện.
- ❖ Bố mẹ nói chuyện không được quá thô tục, tùy tiện, không được nói những lời kém sự thú vị, nhàm chán.

Trò chơi ngày hôm nay: Nói chuyện với búp bê

Mục đích

Luyện nói.

Phương pháp

Bố mẹ ôm búp bê vào lòng nói chuyện với búp bê để bé bắt chước, sau đó khuyến khích bé trò chuyện với búp bê, hát cho búp bê nghe bài hát mà bé yêu thích.

Khi bé giơ tay ra muốn chơi búp bê, bố mẹ có thể trao búp bê vào tay bé.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Khi bé ăn ngoan, ăn hết xuất, đừng quên khen ngợi bé: “Con yêu ăn thật giỏi!”
- ❖ Thỉnh thoảng có thể cho bé ăn cùng với cả gia đình.

NGÀY THỨ 333

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi bé yên tâm, vui vẻ, có thể nói ra những lời do 2~3 từ tạo thành (mà không ai hiểu được bé nói gì cả!). Khi bật nhạc hoặc bài hát thiếu nhi cho bé nghe, bé có thể thực hiện một số động tác đơn giản như gật đầu, vỗ tay, lắc lư theo tiết tấu.

Trò chơi ngày hôm nay: Đung đưa chiếc đu

Mục đích

Hoạt động hỗ trợ.

Phương pháp

Mẹ đặt bé trên ghế xích đu, vừa đung đưa vừa hát:

(1)

Bé yêu, đung đưa chiếc đu

Nhẹ nhàng bay trong gió thu

Bác mây trắng gật gật gù

Gió nhẹ nhàng đưa như ru.

(2)

Máy bay, máy bay nhỏ, bay nào bay nào

*Bay lên thật cao, bay xuống thật thấp
Nào bay bay, mây trắng ngay trên đầu.*

Lời khuyên của chuyên gia

Để bé xem ti vi sẽ khiến mắt bé mệt mỏi, thị lực giảm, tốt nhất không xem. Nếu muốn xem, chỉ có thể xem trong vài phút.

NGÀY THỨ 334

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé bắt đầu biết tên của mình, mẹ gọi “bé yêu”, bé cũng học theo gọi bản thân là “bé yêu”, giống như việc gọi các sự vật khác ngoài tên của bé ra. Bé biết được đây là “mắt của bé”, “cổ của bé”.

Trò chơi ngày hôm nay: Vỗ vỗ tay

Mục đích

Học nói, nhận biết cơ thể.

Phương pháp

Mẹ và bé ngồi đối diện nhau, mẹ vỗ tay, đồng thời vỗ tay bé, và đọc hát.

Bàn tay vỗ vỗ, bàn tay vỗ vỗ (mẹ vỗ hai tay)

Các ngón tay giơ ra (mẹ giơ ngón trỏ ra)

Mắt ở đâu nhỉ? (sử dụng câu hỏi ngữ khí khoa trương)

Mắt ở đây này (mẹ chỉ vào mắt mẹ)

Hãy dùng tay chỉ vào mắt nào. (mẹ vừa chỉ vào mắt mẹ vừa dùng ánh mắt để khích lệ bé).

Thay đổi linh hoạt: Có thể thay đổi thành bất kỳ một bộ phận nào khác trên cơ thể thay cho mắt, ví dụ như mũi, miệng. Trò chơi này dạy bé nhận biết năm cơ quan và các bộ phận trên cơ thể, để bé tăng cường ý thức về bản thân.

Bài kiểm tra sự phát triển cho bé ở tháng thứ mười một

- ❖ **Động tác lớn:** Bé được mười một tháng, có thể bám vào đồ dùng trong nhà bước được ba bước trở lên. Sau khi mẹ đỡ bé đứng vững, đưa cho bé một món đồ chơi để bé cầm, sau đó mẹ thả lỏng tay ra, bé có thể đứng một mình trong mười giây.
- ❖ **Động tác tinh tế:** Dưới sự chú ý quan sát của bé, mẹ dùng một tờ giấy bọc một khối gỗ lại, mẹ mở ra cho bé nhìn, rồi lại bọc lại, khích lệ bé tìm khối gỗ. Bé có thể chủ động mở gói giấy bọc khối gỗ ra, rồi dùng tay lấy khối gỗ ra. Mẹ ở trước mặt bé, mở cuốn sách bìa cứng ra, rồi lại gấp lại, bé cũng có thể bắt chước mẹ mở sách ra rồi gấp lại. Mẹ lấy một cái vòng có đường kính 10cm treo vào cán bút, rồi lại lấy xuống, khích lệ bé học làm theo như vậy, bé cũng có thể treo vòng lên một cách chuẩn xác.
- ❖ **Khả năng nhận thức:** Lấy ra tranh ảnh hoặc tấm thiệp, mẹ nói tên thực vật hoặc động vật, bé có thể chỉ ra ba loại trở lên một cách chính xác. Mẹ đặt đồ chơi ở nơi bé không với tới được, sau đó đặt cạnh tay bé một cái que, bé biết dùng que khều lấy đồ chơi.
- ❖ **Lời nói:** Khi bé yên tâm, vui vẻ, có thể nói ra 1~3 từ.
- ❖ **Tính tình và hành vi xã hội:** Có thể làm một số động tác đơn giản theo tiết tấu của nhạc hoặc bài hát thiếu nhi.

THÁNG THỨ MUỖI HAI

- Bé có thể bám lan can đi.
- Dắt tay bé, bé có thể bước đi.
- Bé có thể đứng thẳng, ngồi xổm, uốn lưng.
- Bé sẽ biết cầm thìa ăn đồ ăn, nhưng ăn chưa giỏi.
- Bé có thể bôi vẽ lên giấy.
- Đa số các bé có thể nói một, hai từ.
- Bé có thể biểu đạt ý kiến của bản thân bằng nhiều cách.

NGÀY THỨ 335

Bé lớn lên và rèn luyện

Thể trọng trung bình của bé trai khoảng 9,8kg, còn bé gái khoảng 9,3kg. Bé trai cao trung bình khoảng 75,5cm, còn bé gái khoảng 74cm.

Có khoảng hơn một nửa số bé sau khi tròn một tuổi có thể đi. Bé có thể cầm bút vẽ trên giấy những vệt thẳng. Bắt đầu học gom các khối gỗ lại với nhau. Khi mẹ mặc quần áo cho bé có thể phối hợp các kiểu quần áo với nhau.

Trò chơi ngày hôm nay: Dỡ bảo tháp

Mục đích

Rèn luyện động tác tinh tế của tay. Luyện tập tính nhịp nhàng giữa mắt và tay, còn có thể để bé cảm nhận được rằng bản thân có thể không chế trò chơi.

Phương pháp

Mẹ dùng những khối gỗ xếp hành một ngọn tháp, để bé đẩy đổ ngọn tháp đó. Nếu bé không muốn, mẹ tự mình đẩy đổ, sau đó xem bé có làm theo như vậy không.

Tiếp tục, khích lệ bé tự xây một ngọn tháp. Đa phần các bé một tuổi có thể không cần dựa vào sự giúp đỡ của người khác mà vẫn xếp được 2~3 khối gỗ.

Lời khuyên của chuyên gia

Bố mẹ nên thỏa mãn yêu cầu cơ bản của bé, ví dụ ăn, uống và giao lưu, khiến cuộc sống của bé có quy luật và nhịp độ. Cần phải để bé có mong muốn đồng thời thực hiện những mong muốn đó.

NGÀY THỨ 336

Bé lớn lên và rèn luyện

Vòng đầu trung bình của bé trai khoảng 46,3cm, còn bé gái khoảng 45,3cm. Vòng ngực bé trai trung bình khoảng 46,73cm, còn bé gái khoảng 45,3cm. Bé biết dùng lời nói đơn giản biểu đạt ý nghĩ của bản thân.

Khi bắt đầu học bước, bé sẽ bám vào đồ dùng trong nhà từ từ bước đi, cho nên cần phải tìm một số đồ dùng vững chắc xếp vào một chỗ để bé có thể bám vào.

Bé một tuổi khi cầm một tay dắt là có thể đi rồi. Đến tháng thứ mười ba, bé sẽ tự mình bước đi bước thứ nhất.

Trò chơi ngày hôm nay: Rùa và thỏ thi chạy

Mục đích

Luyện tập đi và bò.

Phương pháp

Để bé đóng vai rùa, mẹ đóng vai thỏ. Chơi trò này trên

thảm. Trước tiên mẹ kể cho bé nghe câu chuyện rùa và thỏ thi chạy, sau khi bé nghe rõ rồi, nói với bé chơi trò chơi này như thế nào. Để bé bò hoặc đi về phía trước, mẹ học theo chú thỏ, để thuật lại nội dung câu chuyện. Mẹ không được nói với bé những lời như “mặt sàn rất bẩn, mau đứng lên, không được làm bẩn tay và quần áo”, hãy để bé vui vẻ bò và đi trên sàn.

NGÀY THỨ 337

Bé lớn lên và rèn luyện

Khi ngồi bé trai trung bình cao khoảng 47,8cm, còn bé gái khoảng 46,7cm. Bé học được rất nhiều cách biểu đạt tình cảm, khóc cười, tức giận, chau mày, có thể nghe theo chỉ lệnh của người lớn làm một số việc. Bé một tuổi có phản ứng đối với tên của bản thân và một số chữ từ quen thuộc khác. Khi nói với bé “không” và “tạm biệt”, bé có thể cũng sẽ trả lời.

Trò chơi ngày hôm nay: Chui đầu mặc áo

Mục đích

Luyện tập khả năng tự xử lý cho bé.

Phương pháp

Đầu tiên cần phải phân biệt rõ mặt trước mặt sau của áo, xỏ hai tay vào ống tay áo, tiếp đó dùng hai bàn tay nắm lấy cổ tay áo, sau đó chui đầu qua cổ áo, cuối cùng chỉnh lại áo.

Khi mới bắt đầu, bé có thể mặc không giỏi, mẹ nên đứng bên cạnh hướng dẫn cho bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Cho bé xem ti vi có rất nhiều điều không có lợi, một mặt ti vi giải phóng ra những tia có hại cho những người ngồi xem ở khoảng cách gần; mặt khác, trong gia đình rất khó

điều chỉnh ánh sáng, khoảng cách xem, và góc độ trong phòng sao cho thích hợp với bé. Khả năng điều tiết mắt của các bé kém hơn so với người lớn, bé rất khó thích nghi với sự thay đổi nhanh và liên tục của ánh sáng, dễ gây ra mệt mỏi thị giác, dẫn đến những tật như cận thị, viễn thị và mắt lác.

NGÀY THỨ 338

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể học tiếng của vịt con kêu quạc quạc, chó con kêu gâu gâu, mèo con kêu meo meo.

Trò chơi ngày hôm nay: Câu chuyện mèo con ăn cơm

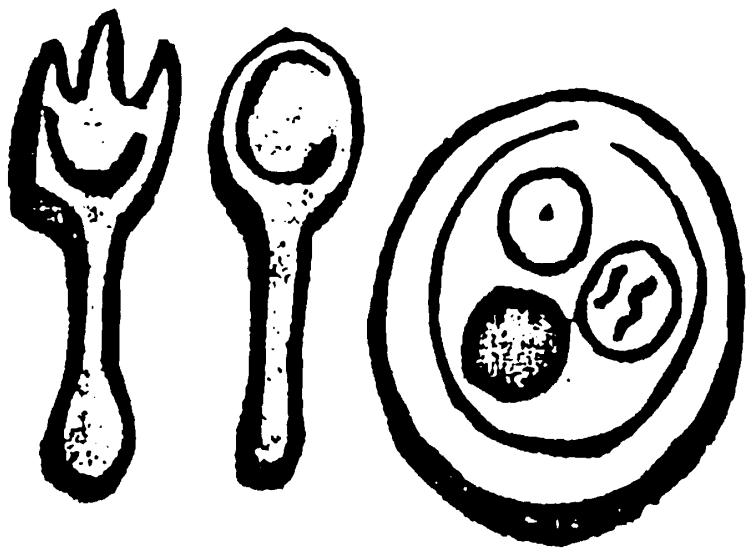
Mục đích

Bồi dưỡng thói quen tốt cho bé.

Phương pháp

Mẹ lấy một tấm ảnh có hình mèo con cho bé xem. Sau đó mẹ nói với bé: “Có một con mèo, luôn vừa ăn vừa chơi, làm thức ăn nguội hết, ăn vào bị đau bụng. Nó gọi mẹ:

Meo meo, bụng con đau quá, bụng con đau quá. Mẹ nói, mèo con đau bụng vì ăn cơm nguội. Mèo con nói, meo meo con sẽ không vừa ăn vừa chơi nữa đâu”.



NGÀY THỨ 339

Bé lớn lên và rèn luyện

Có một số bé biết nói rất muộn, không dám dùng ngôn ngữ để biểu đạt yêu cầu của bản thân, bố mẹ một mặt cần phải chú ý khi bé có yêu cầu gì, phải để bé tự nói ra, sau khi nói rồi mới thỏa mãn nhu cầu của bé, nhưng nói đúng hay nói sai cũng không được cười chế giễu bé, cần phải khích lệ bé. Mặt khác, không được sốt ruột. Thông thường mà nói, chỉ cần khả năng nghe của bé phát triển bình thường, trí lực cũng bình thường, biết nói muộn cũng không sao hết.

Trò chơi ngày hôm nay: Hát bài “Chú ong nhỏ”



Chú ong nhỏ

Vo vo vo

Vòng sang tây

Vòng sang đông

Sang khóm hồng

Bay mê say.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Không được để bé xem ti vi nhiều, dành thời gian để bé tiếp xúc với mọi người và với sự vật.
- ❖ Hướng cá tính của bé phát triển theo hướng lành mạnh, bố mẹ cần phải nghiêm khắc trước những hành vi không đúng của bé. Ngoài ra, bố mẹ cũng cần phải khích lệ nhiều hơn đối với những hành vi tốt của bé.
- ❖ Tiếp tục tập đi.
- ❖ Mỗi ngày dành ra ít nhất ba giờ hoạt động ngoài trời.
- ❖ Sau khi bé chơi đồ chơi xong, cần phải rửa tay sạch sẽ.
- ❖ Không mượn đồ chơi của người khác chơi.
- ❖ Đồ chơi cần phải được rửa sạch mỗi tuần.

NGÀY THỨ 340

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé được hơn mười một tháng, khi ngồi có thể tự do chuyển động cơ thể sang trái sang phải, có thể tự đứng thẳng, bám vào một tay rồi đi, đẩy xe và đi về phía trước. Có thể dùng tay nhặt những thứ nhỏ như khuy, lạc, đồng thời bé có thể thử nhét các vào lọ, có thể lấy những thứ trong cốc ra rồi sau đó lại để lại chỗ cũ. Hai tay rất linh hoạt khi chơi đồ chơi.

Trò chơi ngày hôm nay: Trò chơi gài khuy

Mục đích

Để bé tự gài khuy áo, rèn luyện tính linh hoạt cho tay.

Phương pháp

Mẹ trước tiên có thể làm mẫu cho bé xem, nói với bé một số mẹo: Hai tay lần lượt cầm vào khuy áo và lỗ khuyết gài áo, trước tiên gài một phần khuy áo vào trong lỗ khuyết, dùng tay thuận gài nốt phần khuy áo còn lại vào, còn cần phải chú ý sự phối hợp chính xác giữa khuy áo và lỗ khuyết gài áo, làm lại từng bước để bé luyện tập theo.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé không hiểu được hết những lời mẹ nói, mẹ nói nhiều quá bé lại càng khó chịu hơn. Bé 1~3 tuổi không thể kiên nhẫn được với những lời răn dạy dài dòng.

NGÀY THỨ 341

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có sự phát triển động tác nhanh, còn có thể chập chững đi, nhưng bé độ tuổi bình quân để các bé học đi là một tuổi ba tháng.

Trò chơi ngày hôm nay: Đuổi theo hộp nắp kéo

Mục đích

Luyện tập đi.

Phương pháp

Mẹ đặt một món đồ chơi vào trong hộp có nắp kéo rỗng, sau đó mẹ kéo nắp để đồ chơi lăn ra và khuyến khích bé đuổi theo nhặt đồ chơi.

NGÀY THỨ 342

Bé lớn lên và rèn luyện

Sự nhịp nhàng giữa mắt và tay bé từng bước hoàn thiện, bé có thể kéo ngăn kéo và mở cửa. Khả năng bắt chước của bé tốt hơn, biết bắt chước người lớn lau nước mũi, dùng lược tự chải đầu, biết mở nắp chai, bóc giấy kẹo, tuy vậy bé chưa thành thục trong việc dùng cốc uống nước.

Trò chơi ngày hôm nay: Xuyên hầm

Mục đích

Rèn luyện khả năng quan sát và động tác cơ cho bé, cảm nhận về hình khối khi nhận biết vật, quan hệ giữa các vật với nhau.

Phương pháp

Bố mẹ nắm tay nhau, giơ tay lên tạo thành đường hầm để bé chui qua.

NGÀY THỨ 343

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích bắt chước tiếng kêu của động vật, ví dụ chó sủa “gâu gâu”, mèo kêu “meo meo”. Có thể kết hợp ngôn ngữ và

động tác, ví dụ những thứ không muốn, bé sẽ vừa lắc đầu vừa nói “không”.

Đối với những bé mười một tháng, bố mẹ cần phải tạo nhiều điều kiện nói chuyện cho bé, nếu bé vẫn dùng hiệu tay, động tác để đưa ra yêu cầu, mẹ không được chiều theo, cần phải từ chối ngay, để bé buộc phải sử dụng ngôn ngữ. Nếu bé phát âm không chuẩn, cũng cần phải kịp thời uốn nắn, giúp bé nói rõ hơn, không được cười bé, nếu không thì bé sẽ không muốn hoặc không dám nói lại.

Trò chơi ngày hôm nay: Đội mũ

Mục đích

Để bé học cách nhóm đồ vật cùng loại, rèn luyện tư duy logic.

Phương pháp

Mẹ chuẩn bị các loại mũ khác nhau, xếp thành một hàng, để bé đội mũ lên đầu. Mỗi lần đội một chiếc, mẹ nói hoặc hỏi bé: “Đây là cái gì”? Để bé trả lời: “Đây là cái mũ”. Mẹ khiến bé hiểu được cho dù là mũ to hay mũ nhỏ không giống nhau, nhưng đều là mũ cả.

Lời khuyên của chuyên gia

Để tâm lý bé phát triển lành mạnh, trong môi trường an toàn, cố gắng hết sức thỏa mãn lòng hiếu kỳ của bé, cần phải kích lệ tinh thần tìm tòi của bé, nhất thiết không được dọa bé một cách tùy tiện, tránh làm tổn thương lòng tự tôn và tự tin đang bắt đầu nảy nở trong bé.

NGÀY THỨ 344

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có tình cảm với người và vật xung quanh. Không muốn

ngủ trưa. Biết tức giận. Biết thể hiện việc thích một người và không thích một người nào đó.

Trò chơi ngày hôm nay: Người bịt mắt

Mục đích

Rèn luyện khả năng nhận biết vật dựa vào đặc trưng.

Phương pháp

Bé đặc biệt hứng thú với những trò chơi giống như các màn ảo thuật.

Mẹ nói: “Con đoán xem mẹ yêu ai nhất nhé!”. Sau đó, mẹ miêu tả bà nội: “Người đó hôm nay mặc một chiếc áo len ngoài màu đỏ, một chiếc quần màu tro, tóc bạc trắng.” Mẹ để bé đoán, ai là người mẹ yêu vậy...

Bịt mắt bé lại, một thành viên trong gia đình đi đến trước mặt bé, để bé chạm vào, sờ, phán đoán xem ai đang đứng trước mặt mình vậy. Khi bé đang bịt mắt đoán người, chỉ cho bé ba cơ hội đoán mà thôi, nếu cả ba lần bé đều không đoán ra, bé phải biểu diễn một tiết mục; nếu bé đoán trúng một trong ba lần, mẹ cần phải khích lệ bé nhiều hơn.

Còn có thể bịt mắt bé để bé đoán đồ chơi, đồ ăn... cách chơi giống như trên.

NGÀY THỨ 345

Bé lớn lên và rèn luyện

Ánh mắt bé có thể dõi theo đồ chơi đang được treo. Có thể nghe hiểu tên của bản thân.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm bạn

Mục đích

Bắt chước động tác của mẹ, hiểu được sự vui vẻ khi giao lưu với mọi người.

Phương pháp

Mẹ hát cùng bé: “Tìm nào, tìm nào, tìm bạn nào, tìm được một người bạn tốt, lịch sự, bắt tay, bạn là người bạn tốt của tôi.” Đồng thời trong khi hát, mẹ dạy bé làm một vài động tác.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu bé ăn không ngon, mẹ không được bộc lộ vẻ sốt ruột, nên khích lệ và động viên bé vào những lúc thích hợp. Khi bé đã có thể ăn ngon, đừng quên tán thưởng bé! Bé được khích lệ, sẽ có biểu hiện càng tốt hơn.

NGÀY THỨ 346

Bé lớn lên và rèn luyện

Lúc này, bé không những có thể lý giải rất nhiều lời nói của người lớn, mà còn có thể lý giải được cả ngữ điệu trong lời nói đó.

Trò chơi ngày hôm nay: Vẽ

Mục đích

Bồi dưỡng hứng thú viết, vẽ.

Phương pháp

Đưa cho bé mấy cái bút sáp màu, để bé tự do vẽ trên giấy. Không cần quan tâm bé vẽ thành hình gì, chỉ cần vẽ ra được là sẽ nhận được sự khen ngợi.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu đến mùa đông, bé mới bắt đầu học đi, mặc quần áo không nên quá nhiều quá dày, để tránh khi hoạt động không được thoải mái. Quần áo của bé cần phải nhẹ, phù hợp, không được quá to hoặc quá nhỏ, nơi bé tập đi phải bằng

phẳng, thời gian mỗi lần rèn luyện không được quá dài, không được để bé quá mệt.

NGÀY THỨ 347

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé khoảng một tuổi sẽ nói được từ có ý nghĩa như: “bánh”, “chơi”, “không”. Mẹ hãy tạo cơ hội cho bé trải nghiệm cuộc sống. Bé ngày càng nói nhiều hơn, cách biểu đạt tình cảm phong phú hơn

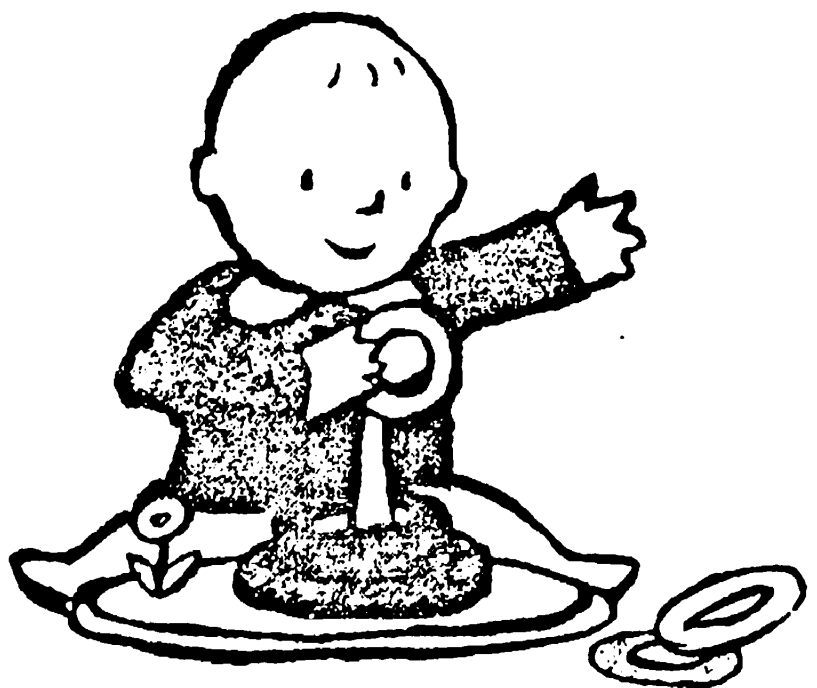
Trò chơi ngày hôm nay: Đẩy nắp

Mục đích

Phát triển hoạt động tư duy.

Phương pháp

Mẹ đặt ba chiếc cốc: to, vừa và nhỏ lần lượt lấy nắp cốc để nắp những chiếc cốc đó. Trước tiên mẹ làm mẫu cho bé nhìn một lần. Sau đó, lại mở lấy nắp ra, để bé đẩy lại nhiều lần. Đồng thời dạy bé nói từ chiếc cốc, nắp...



NGÀY THỨ 348

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích chơi trò chơi cùng với bố mẹ, thích xem sách nhiều tranh ảnh, nghe người lớn kể chuyện. Bé thích chơi trò chơi giấu đồ vật. Có lúc bé nói những câu mà mọi người

không hiểu gì cả. Bé thích giờ sách, xem minh họa trong sách, thích ghép khối gỗ, lăn bóng, và còn biết sử dụng gậy để lấy đồ chơi. Nếu bé nghe thấy bài hát yêu thích, bé sẽ làm những động tác tương ứng.

Trò chơi ngày hôm nay: Lồng vòng

Mục đích

Phối hợp nhịp nhàng giữa mắt và tay, học đếm số.

Phương pháp

Chọn mua cho bé một bộ đồ chơi bằng gỗ hoặc bằng nhựa. Loại đồ chơi này có một trục thẳng để lồng vòng vào, bé vừa lồng, mẹ vừa đếm "một, hai, ba."

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ cần phải biến những hoạt động đơn điệu, tẻ nhạt "giáo dục", "học tập" thành những hoạt động tạo được hứng thú cho bé, để bé từ bị động chuyển thành chủ động, và tính tích cực được phát huy do sự hứng thú sâu sắc của bé. Đôn thúc bé, trách mắng bé thật rất dễ, nhưng để thực sự "qua vui chơi mà giáo dục" được bé lại rất khó, mẹ phải lựa chọn phương pháp phù hợp với bé.

NGÀY THỨ 349

Bé lớn lên và rèn luyện

Hoạt động mỗi ngày của bé rất phong phú, động tác, kỹ năng bò, đứng thẳng, đi ngày càng tốt. Lồng hiểu kỳ của bé cũng tăng. Bé luôn thích hiểu rõ mọi góc ngách trong nhà, muốn dùng tay sờ mọi chỗ. Nếu bé đã đứng vững, cần rèn luyện cho bé bước đi về phía trước. Khi bắt đầu, người lớn có thể dắt hai tay bé đi về phía trước, sau đó chỉ dắt một tay, dần dần tăng độ khó lên bằng cách thả cả tay ra, để bé tự

bước đi một mình. Nếu bé nhút nhát, người lớn có thể bên cạnh bảo vệ bé, để bé cảm thấy an toàn.

Trò chơi ngày hôm nay: Chơi cầu trượt

Mục đích

Bồi dưỡng lòng dũng cảm.

Phương pháp

Mẹ đưa bé đến nơi vui chơi dành cho trẻ em, chọn một cầu trượt nhỏ dành cho lứa tuổi của bé, bế bé lên, hoặc đỡ bé bò lên, sau đó trông chừng bé trượt xuống.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Không được thuận theo những yêu cầu không hợp lý của bé.
- ❖ Tiếp tục tăng cường rèn luyện ngôn ngữ, tạo cho bé nhiều cơ hội nói chuyện. Khuyến khích các bé sử dụng ngôn ngữ để biểu đạt mong muốn của bản thân.
- ❖ Không được cố ý học theo các phát âm sai của bé, nếu không thì những phát âm sai đó sẽ mãi không sửa được, về sau rất khó uốn nắn.
- ❖ Tăng cường giao lưu giữa bé và bố mẹ, duy trì không khí gia đình vui vẻ.

NGÀY THỨ 350

Bé lớn lên và rèn luyện

Lúc này, bé thích những đồ chơi di động, giống như ô tô, động vật nhỏ. Bé còn thích bắt chước đi giày, chải đầu, ăn cơm, rửa mặt.

Lời khuyên của chuyên gia

- ❖ Những bé thuận tay trái hãy thuận theo bé, không được bắt buộc bé sử dụng tay phải.

- ❖ Người thuận tay trái có ưu thế về âm nhạc, thể thao, trực giác, sáng tạo tư duy.
- ❖ Ưu thế việc sử dụng tay trái cần phải được bồi dưỡng và khai thác trong thời kỳ trẻ dưới một tuổi.
- ❖ Cần phải chú ý rèn luyện khả năng ngữ văn, toán học và suy luận đối với những bé thuận tay trái.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhặt đồ chơi

Mục đích

Tạo cho bé thói quen xử lý mọi việc của bản thân, đó là thói quen tốt có ích đối với cuộc đời bé.

Phương pháp

Mẹ cần phải chuẩn bị cho bé một cái sọt tương đối lớn để đựng đồ chơi của bé, khi thu dọn đồ chơi, mẹ dạy bé cất hết đồ chơi vào trong sọt. Biến việc dọn dẹp đồ chơi thành một trò chơi thú vị.

Quá trình thu dọn đồ chơi có thể bồi dưỡng động tác nhịp nhàng giữa tay và toàn thân, tăng cường thể lực và sự khéo léo cho bé. Bé và mẹ cùng thu dọn đồ chơi, bé dần dần biết suy nghĩ, lấy cái nào trước, lấy cái nào sau, làm thế nào thu dọn nhanh.

Lời khuyên của chuyên gia

Nên xây dựng mối quan hệ tin tưởng giữa bé và người thân. Không nên thường xuyên dùng các câu mệnh lệnh như “Con ngoan hơn được không!”, “Không được”, “Nhanh lên!” “Có nghe thấy hay không?”, các bé cũng sẽ cảm thấy phản cảm.

NGÀY THỨ 351

Bé lớn lên và rèn luyện

Nếu mẹ dạy bé vẽ, bé có thể cầm bút bôi vẽ lung tung trên giấy, đặc biệt là thích sử dụng bút màu, vẽ ra những đường thẳng nhiều màu sắc, và cảm thấy rất vui sướng.

Trò chơi ngày hôm nay: Bôi quét

Mục đích

Luyện tập động tác tinh tế của tay.

Phương pháp

Đưa cho bé một quyển lịch cũ, để bé có thể bôi quét tùy ý những đường nét nhiều màu sắc ở mặt sau của quyển lịch, bé có thể dùng ngón tay cũng có thể dùng bút. Mẹ cần phải đứng bên cạnh quan sát, để tránh bé ăn bút màu.

Lời khuyên của chuyên gia

Nâng cao khả năng vận động, khả năng nhận biết, phạm vi hoạt động và hứng thú tìm tòi môi trường xung quanh của bé. Bé hoạt động trong môi trường mở rộng hơn sẽ hiểu được những điều thú vị mới, cũng có thể vấp phải những khó khăn mới... thúc đẩy khả năng nhận biết của bé.

NGÀY THỨ 352

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé thích xem ti vi, dù xem nhưng không hiểu. Nhưng không nên để bé xem ti vi trong một thời gian dài, điều này không có lợi cho sự phát triển của bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Nhặt đậu

Mục đích

Thúc đẩy sự nhịp nhàng giữa tay và mắt bé, khả năng không chế cơ tay, phát triển động tác tinh tế của bé.

Phương pháp

Mẹ chuẩn bị cho bé một chiếc bình nhựa, miệng bình cần phải rộng một chút. Mẹ lại lấy đầy một bát nhỏ hạt xốp, khi chơi trò chơi này mẹ nói: Chúng ta bỏ hạt vào trong bình nào. Sau đó mẹ để bé bỏ từng hạt xốp vào trong bình.

Chú ý

Khi tạo trò chơi này, bố mẹ cần phải ở bên cạnh trông nom bé, phòng tránh bé bỏ hạt xốp vào miệng.

Lời khuyên của chuyên gia

Chúng ta đều biết rằng tiềm năng của bé luôn vượt xa so với tất cả những gì đã thực hiện. Bé hoàn toàn có thể tăng nhanh quá trình học tập lên gấp 5~20 lần ở bất cứ nơi nào. Nếu muốn để bé học bất kỳ thứ gì một cách nhanh và có hiệu quả, nhất định phải để bé nhìn thấy, nghe thấy, cảm giác thấy.

NGÀY THỨ 353

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé chỉ được mũi, tóc và mắt, đa phần các bé sẽ chơi đồ chơi hoặc chú ý nhìn vào những vật ở gần. Khi bé một tuổi, lấy một số đồ giống nhau di chuyển qua tầm nhìn của bé một cách thật nhanh, quan sát xem phản ứng của bé đối với những vật thể vận động như thế nào. Bé phải không chuyển động phần đầu, nhưng ánh mắt phải dõi theo những vật thể di động nhanh chóng. Nếu bé không có phản ứng gì đối với những vật thể di động, cần phải đưa bé đi khám bác sĩ.

Trò chơi ngày hôm nay: Kể chuyện

Mục đích

Dạy bé khả năng hợp tác với bạn cùng lứa.

Phương pháp

Mẹ kể chuyện cho bé nghe, bé có thể hiểu nhưng thực ra không hiểu gì. Mẹ đừng quá coi trọng việc bé hiểu hay không hiểu, nhưng lại coi việc kể câu chuyện là một kiểu rèn luyện ngôn ngữ. Chỉ cần bé thích nghe, một câu chuyện có thể kể nhiều lần.

Lời khuyên của chuyên gia

Bé ăn no rồi, đừng quên khen ngợi bé mấy câu: “Thật giỏi! Con ăn thật nhiều!” Nếu bé ăn ít, cũng đừng lo lắng. Bởi vì trong một bầu không khí vui vẻ kết thúc bữa ăn mới có thể hình thành cho bé thói quen thường xuyên ăn uống.

NGÀY THỨ 354

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé ở độ tuổi này có thể nhớ trong một khoảng thời gian ngắn, mẹ dạy cái gì, có thể mấy ngày sau bé quên ngay. Trí nhớ đòi hỏi sự bồi dưỡng, bé sẽ nhớ tốt hơn đối với những thứ bé cảm thấy thích thú, bắt ép bé nhớ càng khiến bé dễ quên hơn. Khi mẹ rèn luyện trí nhớ cho bé, nhất định không được quên quy luật khách quan này.

Trò chơi ngày hôm nay: Tìm đồ chơi

Mục đích

Bồi dưỡng sự hứng thú tìm và đoán cũng như khả năng quan sát nhạy cảm.

Phương pháp

Mẹ lấy ra một món đồ chơi nhỏ, chuẩn bị hai cái hộp giống hệt nhau, một hộp để không, một hộp bỏ đồ chơi vào. Đặt hai cái hộp giống hệt nhau trước mặt bé rồi trao đổi vị trí,

hỏi bé “Hộp nào có đồ chơi nhỉ?” xem bé có đoán đúng hay không. Bé đoán đúng rồi nhất định phải bế bổng bé lên nói “Con thật giỏi”. Cũng có thể giấu một món đồ chơi ngay trước mặt bé ở dưới gối, sau đó chuyển sang một chiếc gối khác, xem bé có thể tìm thấy đồ chơi ở dưới chiếc gối thứ hai hay không. Đa phần các bé lần đầu tiên đều tìm dưới chiếc gối thứ nhất, sau lại tìm dưới chiếc gối thứ hai. Nếu có thể trực tiếp tìm dưới chiếc gối thứ hai, có thể thấy rõ trí lực của bé có sự phát triển tốt.

Lời khuyên của chuyên gia

Giày vải thấp rất thích hợp với các bé, đôi giày của các bé nên có phần đế mềm mại.

NGÀY THỨ 355

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé ngủ ngon và ăn no, có thể đưa bé ra ngoài trời, ngồi trong vườn hoa, để bé ngắm chim, lá cây, những bông hoa, mọi người, xe cộ, trời xanh mây trắng, để bé nghe thấy các loại âm thanh trên đường phố như: tiếng còi xe, tiếng gió, tiếng người và cả tiếng chim.

Trò chơi ngày hôm nay: Vẽ tranh

Mục đích

Bồi dưỡng hứng thú viết chữ, vẽ tranh.

Phương pháp

Mẹ nên dùng bút màu vẽ những đồ vật thân thuộc với bé ví dụ như mặt trời, thảm cỏ, bông hoa, quả táo, chim, vịt... Mẹ vừa vẽ vừa nói: “Đây là mặt trời màu đỏ”, “Đây là thảm cỏ màu xanh”, “Còn đây là con vịt màu vàng”. Để nâng cao nhận thức

của bé đối với các loại màu sắc, có thể chọn lựa cho bé ga trải giường màu sặc sỡ ấm áp, trên tường dán tranh ảnh nhiều màu sắc, để kích thích thị giác của bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Các bé vẫn chưa hiểu mọi việc, trong sinh hoạt hàng ngày không được hỏi về ý muốn của bé quá nhiều, ví dụ như hỏi bé: “Tối nay con ăn gì?”. Bé sẽ thuận miệng nói: “Ăn bánh”, mặc dù chưa chắc bé đã thích ăn bánh, hơn nữa bữa tối nếu ăn đồ ngọt, sẽ ảnh hưởng đến bữa chính. Nhưng nếu không cho bé ăn bánh ngọt, trong khi bé đã đưa ra yêu cầu rồi, mẹ sẽ rất khó giải quyết.

NGÀY THỨ 356

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể nói được 5~10 chữ, bé thường dùng từ đơn để biểu đạt, ví dụ như: “lấy”, “bế”, “mẹ”, “bố”, “mũ”. Khi bé muốn ra ngoài sẽ không nói “ra ngoài”, mà lại nói “bế”. Bé có thể nghe hiểu được khoảng 20~30 từ.

Tự ngồi một mình có thể khiến phần cơ lưng bé hoàn thiện, nhưng bé quá nhỏ không thể ngồi trong một thời gian quá dài.

Bé được quan sát người và vật xung quanh, sẽ có cảm quan hết sức phong phú. Mẹ chuyện trò với bé, dạy bé nhận biết và phân biệt sự vật, hát cho bé nghe các bài hát thiếu nhi... rất có lợi đối với sự phát triển khả năng về mọi mặt cho bé.

Trò chơi ngày hôm nay: Dùng gậy gõ lấy đồ chơi

Mục đích

Học sử dụng công cụ.

Phương pháp

Khi đang chơi bóng, bóng lăn xuống gầm giường, không thể dùng tay lấy được, người lớn làm mẫu lấy quả bóng ra bằng một cây gậy gỗ. Lần sau khi chơi, người lớn cố ý để bóng lăn xuống gầm giường, lấy gậy gỗ cho bé, xem bé có thể lấy quả bóng ra được không. Hãy giúp bé lấy bóng bằng cách chỉ bảo, hướng dẫn, tuyệt đối không làm hộ.

Lời khuyên của chuyên gia

Hãy phát huy vai trò sáng tạo của bé, không làm thay bé mọi việc. Ban đầu bé có thể vụng về, chậm chạp, nhưng dần dần bé sẽ tích lũy kinh nghiệm và trở nên khéo léo hơn.

NGÀY THỨ 357

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé dễ bị kích động, dễ mệt mỏi, dễ chịu những kích thích từ môi trường bên ngoài.

Những bé càng nhỏ, thời gian tập trung chú ý càng ngắn. Bé vừa chơi đã chán ngay rồi, thực tế là bé mệt, lúc này bé cần phải nghỉ ngơi một chút để đổi sang một niềm vui mới. Bố mẹ phải kiên trì, khi bé đang chơi bắt đầu có dấu hiệu mệt mỏi, mẹ cần phải rủ bé cùng thu dọn đồ chơi với mẹ sau đó nghỉ ngơi hoặc chuyển sang hoạt động khác.

Trò chơi ngày hôm nay: Đá bóng

Mục đích

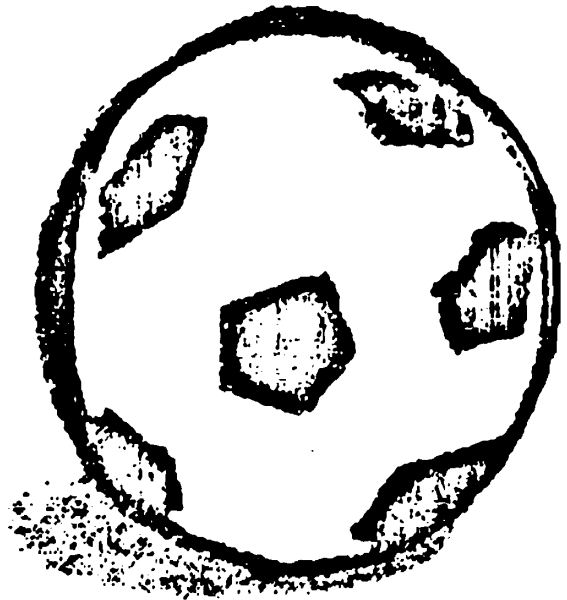
Tập đứng một chân và nhấc chân.

Phương pháp

Treo một quả bóng giấy lên, độ cao vừa đủ để bé nhấc chân lên có thể đá được. Sau đó để bé bám lan can dùng chân đá bóng.

Lời khuyên của chuyên gia

Bố mẹ không nên có cái nhìn thành kiến xem thường đối với những bé thuận tay trái. Nên cho phép bé tự do sử dụng tay trái. Chúng ta cũng có thể nghĩ cách để bé có thể sử dụng cả hai tay cầm dụng cụ. Khiến bé cảm nhận được “hai tay đều có thể làm việc được, thật thuận lợi”, tạo ra tâm lý hết sức vui sướng.



NGÀY THỨ 358

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé bắt đầu biết phân biệt động tác bản thân và đối tượng của động tác.

Khả năng bắt chước của bé rất lớn. Bé bắt chước cả điều hay lẫn điều dở. Khi nghe thấy bé nói tục, quát mắng người khác... bố mẹ phải ngăn chặn và uốn nắn một cách nghiêm túc, để bé biết mắng chửi người khác là sai, và cũng đừng lấy đó làm trò đùa vì bé tưởng hay, bé sẽ coi việc mắng chửi người khác là một việc rất hay và làm theo, tạo thành một thói quen không tốt.

Trò chơi ngày hôm nay: Bắt chước tiếng kêu của động vật

Mục đích

Phát triển khả năng ngôn ngữ và trí nhớ.

Tiền đề

Nhận biết một vài loại động vật, biết nói 2~3 từ.

Phương pháp

Tìm các tấm thiệp có tranh ảnh các loài động vật như gà

con, vịt con, chó con, dê con, lợn con, kể cho bé nghe một câu chuyện có tựa đề là “cuộc thi hát”: “Có một ngày, gà con, vịt con, chó con, dê con, lợn con mở cuộc thi hát. Gà con lên hát trước: ‘Chiếp chiếp chiếp, chiếp chiếp chiếp’, tiếp đến là đến vịt con: ‘Quạc quạc quạc, quạc quạc quạc’, rồi đến chó con: ‘Gâu gâu gâu, gâu gâu gâu’, dê con lại từ từ hát: ‘Be be be’, và cuối cùng là lợn con hát: ‘ừn ừn, ừn ừn, ừn ừn’, nghe thật là hay”! Mẹ mỗi lần học một tiếng kêu của một loài động vật, lấy tranh ảnh làm mẫu ra cho bé xem; hoặc khi mẹ nói đến tên động vật nào thì chỉ vào tranh ảnh đó, khi học tiếng kêu của động vật, làm một số động tác vui nhộn. Sau nhiều lần hãy hỏi bé: “Gà con kêu như thế nào?” Bé rủ mẹ cùng bắt chước tiếng kêu và động tác của động vật.

Lời khuyên của chuyên gia

Mẹ nên dành thời gian tối đa trong điều kiện có thể cho con. Đối với những đứa trẻ quấn lấy mẹ như hình với bóng, không rời xa, ngoài việc mang đến cho chúng tình cảm chân thành thì không có cách nào khác.

NGÀY THỨ 359

Bé lớn lên và rèn luyện

Nên dạy bé nhảy múa để bồi dưỡng cho bé cảm thụ tiết tấu âm nhạc. Đặt bé ngồi trên giường hoặc bám vào mép giường, mở máy nghe nhạc, mở một bản nhạc thiếu nhi có tiết tấu tương đối mạnh. Người lớn có thể dùng tay đỡ lấy dưới nách bé, lắc lư hai bên. Trải qua nhiều lần luyện tập lặp lại, dần dần để bé tự học cách lắc lư theo tiết tấu âm nhạc.

Trò chơi ngày hôm nay: Kéo cưa

Mục đích

Luyện tập cánh tay và phần cơ cổ tay.

Phương pháp

Đặt bé ngồi trên chân mẹ, đối diện với mẹ. Mẹ nắm chắc hai cánh tay của bé, để bé ngửa về phía sau, rồi lại kéo về phía trước. Hai mẹ con vừa chơi vừa hát khúc đồng dao:

*Kéo cưa lừa xẻ
Ông thợ nào khỏe
Về ăn cơm vua
Ông thợ nào thua
Về bú tí mẹ.*

Lưu ý:

Nên thuận theo sức của bé, không được gò ép bắt buộc, gây ra sai khớp xương.

Lời khuyên của chuyên gia

Nếu dùng xe đẩy cho bé đi dạo, hãy sử dụng cái chụp xe hoặc dán một lớp màng phản quang cho xe, tránh để xe nóng ảnh hưởng đến làn da cũng như sức khỏe của bé.

NGÀY THỨ 360

Bé lớn lên và rèn luyện

Phát triển khả năng nhận thức bản thân cho bé là một trong những nhiệm vụ quan trọng của bố mẹ. Cần phải để bé biết được mình đang ở vị trí nào trong phòng một cách có ý thức; hướng dẫn bé nhận biết quan hệ giữa bản thân và bên ngoài; kích thích tính tình vui vẻ của bé. Dạy bé biết tuổi rồi, bé sẽ biết giơ ra một ngón tay, biểu thị mình một tuổi.

Trò chơi ngày hôm nay: "Con muốn 1"

Mục đích

Giơ thẳng ngón trỏ lên trả lời câu hỏi.

Phương pháp

✦

Hướng dẫn dạy bé giơ ngón trỏ lên biểu thị số 1, khi người lớn hỏi: “Con muốn mấy cái bánh quy”? Khi bé giơ thẳng ngón trỏ lên tức là cho bé một cái. “Con muốn thêm nữa không”? Bé lại giơ ngón trỏ lên, tức là cho bé thêm một cái nữa. Người lớn hỏi: “Con mấy tuổi?” Hướng dẫn dạy bé giơ ngón trỏ lên trả lời. Bé rất thích phương pháp trả lời này, người lớn thường xuyên đặt câu hỏi, để bé quen.

Lời khuyên của chuyên gia

Có một số bé luôn muốn ở gần mẹ, quấn lấy mẹ, dựa sát vào mẹ làm nũng. Trạng thái tâm lý của các bé này có lẽ là bé khao khát tình yêu thương của mẹ, tìm kiếm tình yêu thương của mẹ một cách mãnh liệt. Mẹ đừng tìm cách để tách bé ra, lạnh nhạt hoặc có cử chỉ xa rời bé bởi như vậy, bé cảm thấy mình bị chối bỏ, bé sẽ bộc lộ mạnh mẽ tính cách bướng bỉnh.

NGÀY THỨ 361

Bé lớn lên và rèn luyện

Hiện nay bé có thể đứng một mình rất tốt, không cần mẹ đỡ có thể tự bước được vài bước. Có thể dùng bút vẽ ra một số điểm hoặc đường thẳng trên giấy.

Trò chơi ngày hôm nay: Nghe chuyện

Mục đích

Hiểu được quá trình phát triển tình tiết câu chuyện và quan hệ nhân quả, phát triển khả năng ngôn ngữ.

Tiền đề

Nhận biết một vài tranh ảnh

Phương pháp

Mỗi ngày mẹ đều kể chuyện cho bé nghe. Nên đọc chậm

chậm từng câu chữ trên sách, thêm nữa giảng giải cho bé hiểu. Một câu chuyện nên kể lặp lại nhiều lần, để bé nghe bé thuộc. Có lúc, có thể vừa kể vừa hỏi “Ai đến đây?”, “Mang đến cái gì nhỉ?”, “Họ cùng nhau đi đâu vậy?”, bé sẽ chỉ tranh trả lời, điều đó nói lên rằng bé hoàn toàn nghe hiểu. Nếu bé không thể trả lời, mẹ nói đáp án cho bé nghe. Từng bước hướng dẫn bé lý giải nội dung câu chuyện, kích thích sự hứng thú cho bé.

Lời khuyên của chuyên gia

Khi người lớn dạy bé nói, không được nhấn mạnh âm trùng lặp. Ví dụ dạy bé từ “mèo” nhưng không dạy từ “meo meo”, dạy từ “cơm” nhưng không dạy từ “cơm cơm”. Dạy bé biết nói chữ đa âm và ngắn. Các bé khoảng một tuổi, phát âm vẫn không chuẩn xác, người lớn không được trêu đùa với những âm bé phát không chuẩn xác, đùa cợt bé một cách có chủ ý hoặc cố ý học theo những âm bé thường phát âm sai.

NGÀY THỨ 362

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé có thể ghép hai khối gỗ lên trên một khối gỗ khác, đặt một cách tương đối chính xác, không bị đổ. Bé biết lật nắp chai lại cho đúng rồi mới đập bình lại, tuy không vặn chặt được nhưng nắp đã được đập một cách tương đối chính xác.

Trò chơi ngày hôm nay: Đọc bài thơ

Ngựa con chạy lóc cóc

Chó con sủa gâu gâu

Lợn con cười ụt ịt

Mèo con kêu meo meo

Vịt con quạc quạc quạc

Thỏ con nháy lon ton.

Đồ chơi dành cho các bé mười hai tháng tuổi:

Ở độ tuổi, đồ chơi và trò chơi phải đảm bảo yêu cầu giúp bé phát triển, tăng cường hoạt động toàn thân và tay chân cho bé. Bố mẹ nên dành thời gian chơi với con nhiều hơn, có thể chọn lựa cho bé một vài loại đồ chơi dưới đây:

Sử dụng các loại bóng có chất liệu mềm mại, dễ bắt như cao su, nhựa hoặc xốp, có thể là những đồ chơi phát ra âm thanh, cầu trượt, xe trẻ em, loại xe ô tô nhỏ có thể kéo được, đồ chơi điện thoại, đàn gỗ, trống con, nôi và đĩa kim loại, đồ chơi bằng cao su có thể kêu két két khi bơm khí vào và sách làm bằng chất liệu vải khó bị rách, hỏng.

Đồ chơi hình con vật, các loại bóng to nhỏ, màu sắc và chất liệu khác nhau, đồ chơi bơm khí to thì phần đáy nặng một chút nhưng có thể đẩy đổ, ví dụ như con trâu nhỏ bơm khí có thể lắc lư phát ra thanh âm, đồ chơi có thể kéo đi và phát ra nhạc hoặc sờ vào phát ra âm thanh, một số đồ chơi đập vào nhau có thể phát ra thanh âm, búp bê.

Màu nước, sơ đồ trò chơi đơn giản, mô hình kiến trúc đơn giản, tạp chí cũ, chiếc làn, hộp có nắp, đất nặn, đồ chơi hoạt động như tàu hỏa nhỏ, xe tải nhỏ, công cụ lao động và dụng cụ nhà bếp, các loại rối khác nhau, đồ chơi hình con vật dễ ôm, bế hoặc đồ chơi búp bê.

Chọn mua một số đồ chơi mà bé dễ thực hiện, ví dụ như một số loại đồ chơi với các đồ vật nhỏ mô phỏng giống như một bộ đồ ăn, để bé có thể đặt một số đồ vật nhỏ vào trong hộp đựng, ví dụ như hộp nhỏ, sọt nhỏ, sau đó lại lấy chúng ra. Hoặc đưa cho bé một chiếc hộp, một cái chai có nắp, để bé mở ra hoặc đóng nắp lại.

Chọn mua một số bộ đồ chơi như bộ tháp hoặc bộ bát, để bé tách ra hoặc ghép chúng lại, không nhất định cần phải dựa theo thứ tự to nhỏ để ghép, còn có thể để bé luyện tập lấy bộ vòng lồng vào tay bé, sau đó lại thực hiện động tác tháo ra.

Quả bóng, chơi với bóng có thể rèn luyện toàn thân. Bé một

tuổi bắt đầu chơi với bóng, trước tiên là chơi với quả bóng nhỏ, dùng tay vỗ. Tiếp đến là chơi với quả bóng chuyền nhỏ, bóng đá, cầu lông, dùng tay đánh hoặc dùng chân đá.

Khối gỗ: Trong quá trình bé chơi với khối gỗ, nhận biết hình ảnh, bé học được cách phân loại chính xác. Nâng cao khả năng tư duy và thúc đẩy sự phát triển trí lực của bé. Bé dùng các khối gỗ lắp ráp thành hình lập phương, khối hộp chữ nhật và “tòa nhà cao”. Trước tiên dựa vào độ to nhỏ, dài ngắn phân loại các khối gỗ thành từng nhóm, dựa vào màu sắc đỏ, vàng, xanh da trời, xanh lá cây cũng phân loại các khối gỗ, sau đó xếp các khối gỗ thành từng đôi, còn có thể dựa vào một số tiêu chuẩn như độ to nhỏ, dài ngắn, màu sắc để thống nhất thành các nhóm, tiến hành trò chơi với sự sắp xếp tổ hợp phân loại càng phức tạp hơn, rồi sắp xếp các khối gỗ thành hình lập phương, hình hộp chữ nhật, hình tam giác, hình trụ, hình nón với các kiểu khác nhau như độ to nhỏ không giống nhau, màu sắc không giống nhau.

NGÀY THỨ 363

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé không cần bám có thể tự mình đứng vững và bước đi vài bước; nhận biết mọi bộ phận trên cơ thể; nhận biết ba loại động vật; biết biểu diễn động tác theo các bài hát thiếu nhi; có thể hoàn thành những yêu cầu đơn giản mà người lớn đề ra; không làm những việc mà người lớn không thích hoặc ngăn cấm; bắt đầu cảm thấy hứng thú với những bé cùng lứa, muốn lại gần, chơi trò chơi với các bạn. Sử dụng sợi dây khoảng 120cm xuyên qua quai cốc nhựa, đặt chiếc cốc ở vị trí trên bàn, hai đầu sợi dây đặt ở trên bàn nơi bé có thể với tới nắm được, yêu cầu bé lấy cốc, bé phải biết đồng thời nắm lấy hai đầu sợi dây và kéo chiếc cốc lại.

Làm phong phú môi trường ngôn ngữ của các bé.

Những bé ở trong môi trường gia đình mà ngôn ngữ của các thành viên trong gia đình khá phong phú, sẽ biết nói sớm hơn rất nhiều và chất lượng cũng tốt hơn rất nhiều so với những bé khác. Cái gọi là “môi trường ngôn ngữ gia đình”, có biểu hiện cụ thể là ngôn ngữ mà bé có thể nghe được trong quá trình sinh hoạt hàng ngày. Nếu khi đưa đồ cho bé hoặc bé muốn thứ gì, trước tiên nên nói với bé “đây là cái gì”, đồng thời khi mỗi lần bố mẹ ở cùng với bé hãy nói với bé “đang làm gì”, “chơi trò gì”, như vậy, sự phát triển khả năng ngôn ngữ của bé sẽ có tiến bộ đáng kinh ngạc.

Đương nhiên, lần đầu tiên bé phát âm có lẽ cũng không chuẩn xác, điều này không sao hết, chỉ cần sau khi áp dụng phương pháp khích lệ bé như đã nói ở trên, tự bé có thể phát âm chính xác.

Trò chơi ngày hôm nay: Chọn ảnh

Mục đích

Bồi dưỡng khả năng nhận biết và khả năng quan sát của bé.

Phương pháp

Mẹ chuẩn bị cho bé một số tấm thẻ nhận biết chữ, lúc này, bé đã nhận biết được một số động vật nhỏ. Mẹ đặt mấy tấm ảnh lên giường, hỏi bé: “Chó con ở đâu?” Để bé chọn ra được tấm ảnh hình chó con từ trong tập ảnh. Nếu bé chọn đúng, phải kịp thời khích lệ bé, nếu bé không chọn đúng, cũng cần phải nhắc nhở bé. Sau đó hỏi bé, chó con kêu như thế nào, bé sẽ phát ra thanh âm “gâu gâu”, mẹ lập tức khen ngợi bé. Rồi lại đổi sang con vật khác, chọn ảnh. Trò chơi này có thể chơi lại nhiều lần.



Lời khuyên của chuyên gia

Thường xuyên cãi nhau to hoặc mở nhạc với âm lượng lớn sẽ ảnh hưởng đến khả năng nghe của bé. Tuy nhiên mở một chút nhạc nhẹ sẽ khiến bé thoải mái, thư giãn vui vẻ hơn.

NGÀY THỨ 364

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé biết sử dụng động tác gật đầu biểu thị sự đồng ý, lắc đầu biểu thị sự không đồng ý.

Trò chơi ngày hôm nay: Vẽ vòng tròn

Mục đích

Luyện tập vẽ.

Phương pháp

Mẹ cầm chắc tay bé, dùng bút vẽ vòng tròn trên giấy. Về sau có thể để bé tự vẽ.

Lời khuyên của chuyên gia

Tình cảm có tác dụng tích cực đối với sự phát triển trí lực, sự hình thành ý thức bản thân, các hành vi xã hội sau này. Vậy nên:

- Thỏa mãn yêu cầu hợp lý của bé.
- Phát triển quan hệ tình cảm tốt đẹp.
- Khuyến khích bé giao lưu tình cảm với các bé cùng lứa.
- Mở rộng phạm vi hoạt động và nội dung hoạt động cho bé, phát triển tình cảm trong quá trình chơi trò chơi và học tập.
- Phát triển khả năng nhận thức cho bé, để bé đạt được sự vui vẻ trong quá trình nhận thức, phát triển tình cảm.

NGÀY THỨ 365

Bé lớn lên và rèn luyện

Bé sắp một tuổi rồi. Sinh nhật lần đầu tiên của bé sắp đến rồi. Đây là cột mốc trong quá trình phát triển ý thức của bé.

Một số bé được tám tháng đã có thể đi, có một số lại phải một tuổi rưỡi mới biết đi.

Trò chơi ngày hôm nay: Đọc “sách vải”

Mục đích

Bồi dưỡng hứng thú đối với sách vở cho bé, nâng cao khả năng nhận thức.

Phương pháp

Chọn lựa một số khăn tay có in hình ảnh, hoặc mua để can hình các con vật nhỏ có thể thêu trên quần áo, hoặc có thể sử dụng vải vụn nhiều màu sắc để tạo hình, dùng keo dính lên trên khăn tay; may những chiếc khăn tay này lại với nhau, tạo thành một quyển “sách vải”. Trong quyển sách này có nội dung phong phú, giàu hình ảnh, là cuốn sách trực quan sinh động rất hấp dẫn bé. Quyển sách này không sợ bị hỏng, có thể vệ sinh bằng cách giặt trong máy giặt, lại có giá trị giáo dục rất cao.

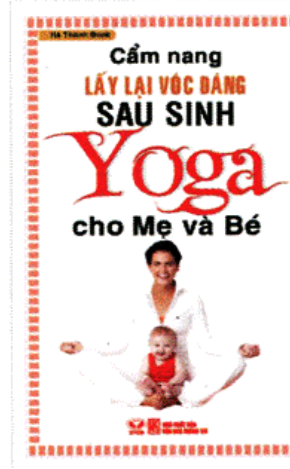
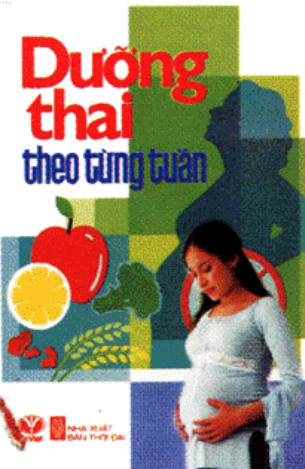
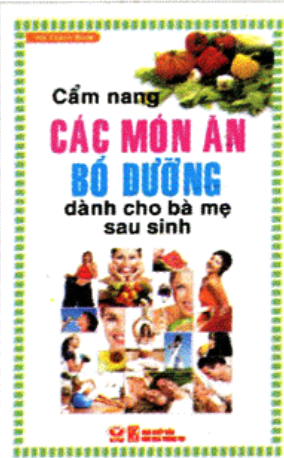
Lời khuyên của chuyên gia

Xin hãy nhớ rõ, những gì chúng tôi trình bày trong cuốn sách này chỉ là tính hình bình quân sự phát triển của các bé trong vòng một tuổi. Sự phát triển của bé nhà bạn có thể sẽ sớm hoặc muộn hơn cách tính trung bình này.

Nếu tình hình các bé có sự khác biệt quá lớn so với những gì đã nói ở trên, hãy kịp thời xin tư vấn của các chuyên gia có kinh nghiệm.

Bài kiểm tra sự phát triển của bé ở tháng thứ mười hai

- ❖ **Động tác lớn:** Bé được mười hai tháng có thể tự đứng một mình, bé có thể bước đi vài bước giữa bố mẹ.
- ❖ **Động tác tinh tế:** Bé có thể dùng tay cầm bút sáp chấm trên giấy, hoặc vẽ một số đường.
- ❖ **Khả năng nhận thức:** Khi chơi với khối gỗ, bé có thể ghép hai, ba khối gỗ chồng lên nhau không đổ. Có thể đập nắp chai một cách chính xác. Mẹ lấy một sợi dây dài khoảng 120cm xuyên qua quai cốc nhựa, hai đầu sợi dây đặt trên bàn, bé biết nắm cùng lúc hai đầu sợi dây, kéo cái cốc lại phía bé.
- ❖ **Lời nói:** Có thể nói một vài từ đơn.
- ❖ **Tính tình và hành vi xã hội:** Khi mẹ ngỏ ý muốn đồ chơi trong tay bé, bé hiểu ý của mẹ có thể đưa đồ chơi cho mẹ. Biết dùng động tác gật đầu biểu thị sự đồng ý, lắc đầu biểu thị sự không đồng ý.



Sách phát hành tại: Công ty TNHH văn hóa và truyền thông Trí Việt
Địa chỉ: Số 70 Trung Liệt, Quận Đống Đa, TP. Hà Nội. Tel 04.3 5626332. Fax: 04. 3 5626883