

abc

Sơ Sinh - 2 Tuổi

123



THỨ HAI

Nhận Thức/Kỹ Năng Vận Động Tinh Tế

Bóp Nước

Hoạt động này sẽ chú trọng vào nguyên nhân và kết quả và kỹ năng vận động tinh tế.

Vật liệu

- Mút, bọt biển nhỏ sạch
- Tô cỡ trung (số bát bằng số màu, cộng một tô cho nước)
- Màu thực phẩm

Hoạt động

Cho nước vào một cái tô. Cho một giọt màu vào các tô khác và đưa miếng bọt biển cho bé.

Khuyến khích con bạn:

- Đặt miếng bọt biển vào bát nước và nói về những gì xảy ra với miếng bọt biển trong nước và điều gì xảy ra nếu bóp nó.
- Bóp miếng bọt biển và cho nước vào tô có màu thực phẩm.
- Trộn nước và xem nguyên nhân và kết quả và nói về màu sắc và những gì xảy ra khi bạn trộn màu.
- Bóp miếng bọt biển.

THỨ BA

Vận Động/ Bên Ngoài

Nhảy với Bọc Bong Bóng

Vật liệu

- Bọc bong bóng gói hàng
- Nhạc

Hoạt động

Đặt bọc bong bóng trên sàn và mở nhạc. Khuyến khích con bước lên và nhảy trên bọc bong bóng. Nói về chuyển động của bé, âm nhạc và âm thanh của bọc bong bóng vỡ phát ra. Bé cũng có thể dùng tay bóp vỡ bọc bong bóng.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

THỨ TƯ

Nhận Thức/Kỹ Năng Vận Động Tinh Tế

Ném Táo

Vật liệu

- Táo- Xanh, đỏ và vàng

Hoạt động

Cắt lát táo và cho bé một lát táo. Khuyến khích trẻ ném từng lát. Nói về màu sắc, mùi vị và so sánh sự khác biệt: " Ở đây mẹ có một quả táo đỏ và vàng. Hãy ném thử nó." "Nó ngọt hay chua?" và "Con có thể lấy nó lên bằng ngón tay của con như thế này không?"

Trọng tâm: Làm thế nào để tự ăn, tự thưởng thức mùi vị, và chủ động.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

THỨ NĂM

Xã Hội/Cảm Xúc

Kèn Giấy

Thu thập một vài lõi cuộn giấy đã hết. Cho phép trẻ tô màu các ống giấy. Tạo âm thanh tút tút qua những cuộn cho trẻ bắt chước. Khuyến khích trẻ tiếp tục tạo ra tiếng ồn với kèn của chúng. Mở nhạc để chơi kèn và nhảy múa.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

THỨ SÁU

Toán

Giấy Nhàu Nát

Vật liệu

- Báo
- Nhạc

Hoạt động

Cho trẻ vo nhàu, tách giấy và xé vụn và làm thành những quả bóng. Chơi trò chơi tung ném banh. Khuyến khích con sử dụng tay để tách giấy ra và sử dụng toàn bộ cơ thể của chúng để tung, ném và di chuyển banh giấy một cách vui vẻ. Mở nhạc để thêm vui nhộn!

Trọng tâm: Vận động cơ bắp thô lớn và tinh tế

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

THỨ HAI

THỨ BA

THỨ TƯ

THỨ NĂM

THỨ SÁU

Vận Động/ Bên Ngoài

Sắp xếp
Thu thập một số dao, thìa và nĩa.
Giúp con bạn chú ý những điểm tương đồng và khác biệt giữa nĩa, thìa và dao. Nói con sắp xếp chúng.

Học Chữ:
Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Kéo dẫn cơ thể khi chơi
Năm tay
Bước 1 của năm tay
Đặt em bé nằm ngửa trên sàn nhà. Năm tay bé và giữ tại chỗ với ngón trỏ; ngón cái và ngón thứ ba của tay bạn.
Duỗi cánh tay của em bé bằng cách nhẹ nhàng đưa tay về phía bạn. Đừng kéo em bé lên khỏi sàn. Quay trở lại vị trí bắt đầu.
Lặp lại 5 lần với mỗi cánh tay.

Học Chữ:
Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Bài tập:
Kéo người lên
Bước 2 của Kéo lên
Năm chặt cẳng tay của bé. Giữ thẳng lưng, kéo bé lên từ từ đến tư thế ngồi.
Từ từ và nhẹ nhàng đưa bé trở lại sàn nhà.
Lặp lại 4 lần.
Khụy tay đứng
Bước 2 của Khụy tay đứng.
Đặt đĩa trẻ lên bụng và đặt khụy tay ngay dưới vai, cẳng tay trên sàn nhà.
Năm và nâng hông và thân của bé để tạo thành một góc 45 độ với sàn nhà. Để trẻ nghỉ ngơi trên cẳng tay. Cố gắng nâng chân lên cao hơn một chút, nhưng đảm bảo em bé không đập mũi.

Kéo dẫn cơ thể khi chơi
Học Chữ:
Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Gia đình cùng chơi chui qua xà -Limbo
Vật liệu
• Chối/Cây
• Nhạc
Bạn có thể chui qua xà thấp tới đâu nào?
Đây là một hoạt động thú vị mà cả gia đình có thể tham gia để cùng nhau thực hiện bên trong nhà hoặc bên ngoài. Dùng trí tưởng tượng của bạn khi sử dụng các đồ vật mà mọi người phải chui qua mà không chạm tay vào nền nhà, mặt đất. Các đồ vật có thể dùng bao gồm ống xốp dài dùng trong hồ bơi, chối hoặc dây thừng.

Học Chữ:
Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Nhảy đóng băng
Chọn một số bản nhạc/bài hát yêu thích của con bạn và tăng âm lượng. Yêu cầu bé nhảy cho đến khi âm nhạc dừng lại.
Khi đó, con bạn phải đóng băng ở bất kỳ vị trí nào - ngay cả khi bé có một chân giơ lên. Để làm cho trò chơi trở nên thử thách hơn, hãy yêu cầu con bạn đóng băng trong các tư thế cụ thể: động vật, hình dạng, chữ cái hoặc thậm chí là tư thế yoga.

Học Chữ:
Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách đó

[BẤM VÀO ĐÂY](#)
[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

abc

Sơ Sinh - 2 Tuổi

123



THỨ HAI

THỨ BA

THỨ TƯ

THỨ NĂM

THỨ SÁU

Nhận Thức/Kỹ Năng Vận Động Tinh Tế

Nhặt và Thả Bông Gòn

Vật liệu

- Bông gòn
- Khuôn bánh muffin/ Hộp đựng trứng
- Kẹp
- Thìa
- Tô

Hoạt động

Bỏ cục bông gòn vào tô. Đặt khuôn bánh muffin /hộp đựng trứng bên cạnh tô. Khuyến khích con bạn sử dụng kẹp để nhặt những cục bông gòn và thả chúng vào khuôn bánh. Khuyến khích con cố gắng sử dụng thìa để lấy bông gòn lên và thả chúng vào khuôn bánh/hộp đựng trứng. Nếu kẹp và thìa quá khó, hãy khuyến khích con bạn dùng tay để nhặt và thả chúng.

Xã Hội/Cảm Xúc

Giờ Câu Lạc Bộ Đọc Sách

Chọn một cuốn sách con bạn thích. Lập một "Ngôi Nhà Câu Lạc Bộ", bằng cách sử dụng khăn trải giường, chăn, ghế và gối đủ lớn để bạn và con bạn có thể chui vào. Đọc (các) cuốn sách bạn đã chọn cho con bạn, Đặt câu hỏi về câu chuyện và hình ảnh, chẳng hạn như "Con nghĩ điều gì sẽ xảy ra tiếp theo?"

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Ngôn Ngữ/Khoa Học

Tháo Băng Keo từ Thùng Nhựa

Vật tư

- Băng keo
- Thùng nhựa lớn / vừa

Hoạt động

Lật ngược thùng. Xé các mảnh băng keo và dán nó dưới đáy thùng. Dán đều các mảnh băng keo trên mặt đáy thùng. Khuyến khích trẻ sử dụng kẹp ghim để kéo băng ra khỏi đáy thùng. Nói chuyện với con về những cố gắng và thành công của bé. Dán thêm băng keo khi cần thiết. Để thêm vào hoạt động, bạn có thể dán các vật nhỏ dưới băng keo cho con bạn tìm như nhãn hình dán.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Xã Hội/Cảm Xúc

Hát Với Nhau

Hát với con bất cứ lúc nào trong ngày. (Trong xe hơi, ở siêu thị, khi đi dạo hoặc trong công việc hàng ngày của bạn. Bạn có thể đổi lời, tự chế các bài hát hoặc bạn có thể hát những bài hát yêu thích của con bạn.

Cùng hát một hoặc tất cả những bài hát này với con của bạn và diễn với chúng.

- I'm a Little Teapot
- If You're Happy and You Know It
- The Hokey Pokey
- Ring around the Rosie
- Head, Shoulders, Knees, and Toes
- Teddy Bear, Teddy Bear, Turn Around
- Here We Go 'Round the Mulberry Bush

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

Nhận Thức/Kỹ Năng Vận Động Tinh Tế

Thùng Cát Nhỏ

Lấy một cái bồn nhựa trống và đổ cát và cho vào nó một vài đồ chơi, vỏ sò, đá hoặc bất cứ thứ gì khác mà con bạn có thể thích. Trò chuyện với con bạn khi chúng chơi với các món đồ trên cát. Nói về cảm giác của nó, giấu các món đồ trong cát yêu cầu trẻ tìm, di chuyển các món đồ xung quanh để tạo dấu vết, vvv. Điều này rất tuyệt vời cho chơi trong nhà đặc biệt là trong những tháng lạnh hơn. (Chỉ cần đặt túi rác hoặc khăn bên dưới bồn để dọn dẹp.)

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

THỨ HAI

THỨ BA

THỨ TƯ

THỨ NĂM

THỨ SÁU

Vận Động/ Bên Ngoài

Tất Cả Lên Tàu

Vật liệu

- Khăn tắm hay chăn

Hoạt động

Cho con nhỏ của bạn ngồi trên một chiếc khăn hoặc chăn và nhẹ nhàng kéo bé đi khắp phòng. Giả vờ chăn là con tàu hoặc thuyền và bạn đang dừng ở những nơi khác nhau, như sở thú hoặc bất cứ nơi nào theo trí tưởng tượng của bạn.

Kỹ năng học được

Giữ cân bằng, giả vờ

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Chạy Trốn Khỏi Quái Vật

Trẻ em thích chơi trò đuổi bắt, đặc biệt là với cha mẹ hoặc người lớn khác mà chúng tin tưởng. Một trò chơi chạy trốn khỏi một "con quái vật đáng sợ" sẽ liên quan đến nhiều tiếng rít lên với sự thích thú. Coi chừng trẻ để bảo đảm chúng ổn với "quái vật". Bạn có thể muốn thử làm một loài động vật để thay thế quái vật. Cho phép con bạn thay phiên làm quái vật / động vật.

Kỹ năng phát triển

Chạy, né tránh và nhanh nhẹn.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Nhảy tuýt người và la to lên

Vật liệu

- Không gian thoáng rộng
- Thiết bị âm thanh
- Âm nhạc: "The Twist," "Twist and Shout," "Let's Twist Again," "Peppermint Twist"

Hướng dẫn

1. Chỉ cho con bạn cách xoay người (cung hai tay xoay thân mình về một hướng, hơi khụy hai chân xoay hông theo hướng khác).
2. Chơi nhạc và bắt đầu nhảy với con.
3. Cứ sau 15-20 giây "La to" lên! Mỗi lần la to, con bạn phải nhảy thẳng lên.
4. Sau khi đáp chân xuống, con bạn phải tiếp tục nhảy xoắn người.
5. Thành thạo cố gắng tuýt người thấp xuống sàn.

Cách khác

o Để thêm thú thách, cố gắng nhảy trên một chân

Vận Động/ Bên Ngoài

Banh Lớn, Bánh Nhỏ

Chọn hai trái banh, một lớn và một nhỏ. Giúp trẻ lăn trái banh cho bạn hoặc một đứa trẻ khác. Nói về sự khác biệt trong kích thước của các trái banh. Sử dụng các từ như lớn, nhỏ hơn, lớn hơn, nhỏ hơn, cuộn, trở lại, phía trước, bên, phía trước.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Tưới cây quanh nhà

Đổ nước đầy bình hoặc thùng chứa khác và cho phép con bạn tưới cây và hoa xung quanh nhà. Nói về cây và cát bụi, nước có tia nắng và nước.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

abc

Sơ Sinh - 2 Tuổi

123



THỨ HAI

THỨ BA

THỨ TƯ

THỨ NĂM

THỨ SÁU

Nhận Thức/Kỹ Năng Vận Động Tinh Tế

Lắc các ngớ ngẩn của bạn ra
Hát và di chuyển với con bạn.

Tôi phải lắc, lắc, lắc những ngớ
nghe của tôi ra

Lắc, lắc, lắc những ngớ nghe của
tôi ra

Lắc, lắc, lắc những ngớ nghe của
tôi ra

Và ngớ nguậy lắc những ngớ nghe
của tôi đi!

Tôi phải vỗ tay, vỗ tay, vỗ tay cho
hết điên cuồng

Vỗ tay, vỗ tay, vỗ tay cho hết điên
cuồng

Vỗ tay, vỗ tay, vỗ tay cho hết điên
cuồng

Và ngớ nguậy lắc những điên
cuồng của tôi đi!

Tôi phải nhày, nhày, nhày cho
tiếng cười vang lên

Nhày, nhày, nhày cho tiếng cười
vang lên

Nhày, nhày, nhày cho rộn rã tiếng
cười

Và ngớ nguậy lắc cho tiếng cười
vang lên!

Xã Hội / Cảm Xúc

Giấu-Và-Tìm-Đồ-Chơi

Vật liệu

- Đồ chơi

Hoạt động: Giấu đồ chơi ở đâu
đó trong nhà và yêu cầu con
bạn tìm nó. Cùng khám phá với
bé, đưa ra các mách nước như
"ấm hơn" và "lạnh hơn" để
hướng dẫn bé. Bạn có thể dùng
chăn hoặc giơ để giấu đồ chơi
với trẻ nhỏ. Khuyến khích và
ghi nhận những nỗ lực và của
bé.

Các cách khác: Sử dụng đèn
pin để tìm kiếm hoặc giấu
nhiều đồ chơi cùng một lúc.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc
một cuốn sách / nói về cuốn
sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Ngôn Ngữ/Khoa Học

Ngọn Núi Băng Giá

Vật liệu

- Cục đá lạnh nhỏ (dùng hộp
đựng sữa chua, hộp đựng trái
cây, hộp nhựa nhỏ, khay làm
đá, v.v.)
- Màu thực phẩm (tùy chọn)
- Khay cookie hoặc thùng nhựa

Hoạt động

Trước khi làm hoạt động này
làm đông trước các khối đá nhỏ
hình khác nhau. Bạn có thể
thêm màu thực phẩm nếu
muốn. Đặt các khối đá lạnh
trên khay. Khuyến khích trẻ
xếp chồng chúng lên và di
chuyển xung quanh. Nói về
cảm giác của bé về các khối đá
lạnh, màu sắc, xem các khối
tan chảy, nói về nước đá khi
tan chảy.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc
một cuốn sách / nói về cuốn
sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Xã Hội / Cảm Xúc

Gương Phản Chiếu

Hoạt động này là tất cả về bắt
chước, sao chép hành động và
chuyển động.

Cho trẻ đứng đối diện với bạn
(hoặc người khác). Chọn ai sẽ
di chuyển trước và ai sẽ theo
sau. Thực hiện các động tác
nhỏ như vung một cánh tay từ
bên này sang bên kia. Người
khác phải theo chuyển động
của người dẫn đầu. Chuyển
động sẽ trông giống như bạn
đang nhìn vào gương. Thay
phiên nhau là người dẫn đầu.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc
một cuốn sách / nói về cuốn
sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Nghệ Thuật Sáng Tạo

Chai Xúc Xắc Lục Lạc

Làm rỗng chai nước (uống
hết!) Và sau đó đổ đầy bóng
ngô, đá, gạo, v.v. Dán băng
keo lên nắp để an toàn hơn và
bạn đã có một chai xúc xắc lục
lạc tự chế.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc
một cuốn sách / nói về cuốn
sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

abc
THỨ HAI

THỨ BA



THỨ TƯ

1 2 3
THỨ NĂM

THỨ SÁU

Vận Động/ Bên Ngoài

Đi Bộ Nhận Thức Xung Quanh

Đi dạo với con. Khi bạn đi bộ mô tả những gì bạn thấy, nghe và ngửi. Dừng lại và chạm vào các vật thiên nhiên an toàn. Khuyến khích con bạn quan sát thế giới xung quanh. Viết tên các vật bạn quan sát.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Người Bạn Động Vật

1. Trong nhà hoặc ngoài trời, giả vờ là những con vật khác nhau với con bạn.
2. Vỗ cánh tay của bạn như cánh chim và "bay" xung quanh chướng ngại vật.
3. Nhảy trên bốn chân như một con ếch và kêu ộp, ộp/ Rib Rib-bit-ribbit-ribbit.
4. Nhảy hai chân chạm với nhau và giả vờ là con chuột túi.
5. Cúi đầu gối, đi bằng hai chân khụy cách xa nhau và vung tay như con tinh tinh.
6. Đi bộ trên bàn chân và bàn tay và giả vờ là một loài bò sát.
7. Đi bộ trên tay và đầu gối và giả vờ là những chú mèo con kêu meo meo.
8. Trượt trên sàn nhà hoặc mặt đất và giả vờ là những con rắn nói rằng
9. Sáng tạo các loài động vật và tiếng kêu khác.

Những lợi ích

Hoạt động này phát triển sự phối hợp và cân bằng khi trẻ cố gắng bắt chước chuyển động của các loài động vật khác nhau.

Vận Động/ Bên Ngoài

Sơn với nước

Sử dụng cọ sơn, miếng mút, bọt biển, v.v ... để sơn nước trên vỉa hè, hàng rào, tường, cửa, đồ chơi, thiết bị sân chơi, v.v ... Khuyến khích trẻ thực hiện cử động cánh tay lớn và cử động cánh tay nhỏ.

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Săn Màu Sắc

Chọn một màu và tìm kiếm các vật cùng màu xung quanh nhà và bên ngoài. Nói về tất cả mọi thứ bạn tìm thấy trong khi nói về màu sắc.

So sánh các vật giống nhau và khác nhau. Chú ý kết cấu của các đồ vật

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)

Vận Động/ Bên Ngoài

Bắt Bong Bóng Xà Bông

1. Thổi bong bóng cho con bạn bên ngoài.
2. Khuyến khích bé tập chạy, nhảy và bắt những quả bong bóng khi chúng bay lơ lửng trên không.
3. Bong bóng sẽ vỡ, và điều đó không sao cả.

LỜI KHUYÊN: Trọng tâm chính là tập cho bé nhảy và phối hợp với tay bắt một trái bong bóng.

LỜI KHUYÊN: Bạn có thể mua một món đồ chơi đơn giản để làm bong bóng xà phòng, hoặc bạn có thể tự làm nó.

LỜI KHUYÊN: Nếu tự làm dung dịch bong bóng cho bạn, hãy thử pha một ly nước, 2 muỗng canh xà phòng rửa chén, 1 muỗng cà phê xi-rô bắp.

Biến thể: Thay phiên thổi và bắt bong bóng với con bạn .

Học Chữ:

Dành thời gian cùng nhau đọc một cuốn sách / nói về cuốn sách

[BẤM VÀO ĐÂY](#)

[CHON MỘT CUỐN SÁCH](#)