



Cha Mẹ

nobody's perfect

Khám Phá Thế Giới Xung Quanh

Là một người cha, quý vị đóng một vai trò thực sự quan trọng trong cuộc sống của con mình. Thời gian và sự quan tâm của quý vị ảnh hưởng đến cách con học hỏi, cư xử và tương tác với thế giới xung quanh.

Khám phá

Trẻ em thích trở thành một phần của thế giới xung quanh. Trẻ học được rất nhiều bằng cách khám phá và thử những điều mới lạ. Khi quý vị đưa con cùng đến nhiều nơi, trẻ sẽ học cách hành động bằng cách quan sát quý vị. Chơi trong công viên, lên kế hoạch cho các hoạt động vui chơi và đến những địa điểm mới sẽ giúp con quý vị mở rộng trí tưởng tượng và phát triển sự tự tin.

Chấp nhận rủi ro

Thử những điều mới mẻ, đến những nơi mới lạ và gặp gỡ những người mới đều có rủi ro. Điều này giúp trẻ tự kiểm tra bản thân và tìm hiểu các điểm mạnh, kỹ năng cũng như những gì trẻ thích làm. Khi con quý vị thử những điều mới mẻ và mạo hiểm, điều quan trọng là quý vị phải đảm bảo an toàn cho con bằng cách ở bên cạnh, đưa ra những lời động viên và hướng dẫn, đồng thời sẵn sàng tham gia nếu con cần giúp đỡ.

Sự sáng tạo

Cơ hội để được sáng tạo khuyến khích con linh hoạt, tự hỏi điều gì có thể xảy ra tiếp theo và xem mọi thứ sẽ diễn ra như thế nào. Hãy để con dẫn dắt các hoạt động và tìm cách để con được thể hiện sự sáng tạo của mình.

Giải quyết vấn đề

Trẻ em thường gặp những tình huống mà trẻ thấy khó khăn. Nếu quý vị nhận thấy con mình bắt đầu nản lòng với những gì đang làm, hãy quan sát khi con cố gắng tìm ra giải pháp. Giúp đỡ khi sự nản lòng của con bắt đầu chuyển sang tức giận hoặc buồn bã. Điều này sẽ giúp con quý vị trở thành một người giải quyết vấn đề đầy sáng tạo.

Điều bí ẩn

Trẻ em thường thích các câu đố và những điều bí ẩn hay dự đoán những bất ngờ. Tham gia vào các hoạt động mang đến chút bất ngờ có thể gây hứng thú cho con quý vị và khiến trẻ cảm thấy rằng quý vị có thể là người thú vị.

i Quý vị có cơ hội tạo dựng mối liên kết duy nhất với con mình thông qua việc khám phá thế giới xung quanh.



Để tìm hiểu thêm thông tin về *Không Ai Hoàn Hảo*, hoặc tải về tài liệu này, vui lòng tìm kiếm “*Danh Sách Lời Khuyên của Không Ai Hoàn Hảo*” trên Canada.ca.



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

Canada

Các Hoạt Động Vui Khỏe Đơn Giản

Trẻ Sơ Sinh

Giai Đoạn Nằm Sấp

Đặt các đồ vật nhiều màu sắc ở những khoảng cách khác nhau để khuyến khích bé với lấy chúng từ tư thế nằm sấp hay ngồi dậy.

Hát

Đặt con trên đùi đối mặt với quý vị. Hát các bài hát hành động, chẳng hạn như The Wheels on the Bus, The Itsy-Bitsy Spider hoặc Head, Shoulder, Knees and Toes. Thực hiện các hành động nhẹ nhàng với con khi quý vị hát.

Trẻ Mới Biết Đi

Lễ Hội Bong Bóng

Trong khi tắm, hãy tạo bong bóng với bồn tắm tạo bọt. Nói chuyện với con về cảm giác khi chạm vào, tiếng nổ và độ nổi của bong bóng.

Chiếc Chảo Ôn Ào

Đặt một chiếc chảo nhôm trên sàn. Cho trẻ thấy tiếng ồn phát ra khi đá vào chảo hoặc dùng thìa đập vào chảo.

Trẻ Mầm Non

Slime

Lấy một ít bột thạch. Đổ thạch chưa đun vào nồi, thêm một ít bột sắn và đun sôi trong vài phút. Để nguội rồi cho hỗn hợp vào một cái tô lớn. Thêm côn trùng, khủng long hoặc những thứ khác bằng nhựa vào jello/slime. Hãy để trẻ tự tay khám phá hỗn hợp này.

Chiếc Hộp Bí Ẩn

Bỏ nhiều thứ khác nhau vào hộp, chẳng hạn như tất, đồ chơi yêu thích, một vài viên sỏi hoặc quả nho. Để trẻ cho tay vào và đoán xem trẻ đang chạm vào thứ gì. Quý vị cũng có thể bỏ vào những bức ảnh gia đình hoặc một số đồ vật trong nhà. Để con đoán xem tiếp theo sẽ là thứ gì.

Ghé Đến Cửa Hàng

Đưa con đến cửa hàng tạp hóa khi trẻ không mệt hay đói. Hãy để trẻ cảm nhận những món đồ quý vị mua và nói ra cảm giác về mọi thứ. (“Sữa này lạnh. Quả táo này trơn nhẵn”). Nói về những gì quý vị đang nhìn thấy, những gì sẽ mua tiếp theo, màu sắc và hình dạng của các món hàng, v.v.

Tham khảo từ “Daddy and Me: On the move”, Best Start Resource Centre, 2012



Cơ Quan Y Tế Công Cộng Canada chân thành cảm ơn sự hợp tác và hỗ trợ chuyên môn của Dad Central Canada (www.dadcentral.ca) cùng mạng lưới quốc gia của tổ chức này trong việc phát triển danh sách lời khuyên của *Không Ai Hoàn Hảo* dành cho các ông bố.