

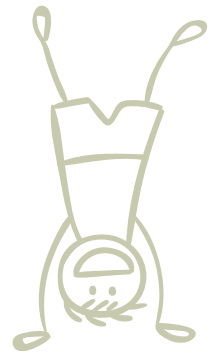
Hãy Cùng Nhau Chơi Đùa!

Các Sinh Hoạt cho Gia Đình



**BỘ
3**

Danh Tính, Trách
Nhiệm Xã Hội, và
Đa Dạng



Tình Trạng Khó Xử Hằng Ngày



Chuyện Gì

Nhiều chuyện xảy ra trong ngày có thể đem lại đầy thích thú và vui vẻ, nhưng chuyện hằng ngày cũng có thể gây bức dọc, buồn bã, hoặc thất vọng. Sinh hoạt này khuyến khích trẻ nói về một số trường hợp đó và tìm giải pháp cho các vấn đề thông thường. Khi nói về những tình trạng khó xử ngoài những trường hợp căng thẳng, trẻ bắt đầu hiểu được quan điểm của người khác và học cách thảo luận và giải quyết khó khăn với người khác.

1 Tạo Dựng Môi Trường

- Đưa ra một tình trạng khó xử có thể dễ xảy ra ở nhà, ngoài cộng đồng, hoặc trường học. Cho trẻ biết là quý vị sẽ kể một câu truyện về một vấn đề, và trẻ có thể giúp các nhân vật trong câu truyện giải quyết vấn đề.

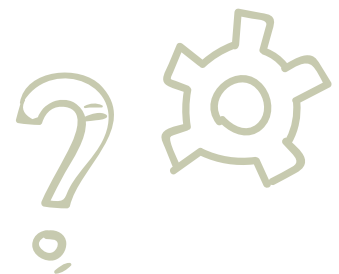
2 Tình Trạng Khó Xử Hằng Ngày

- Hãy cùng nhau đặt ra hoặc chọn các nhân vật cho câu truyện này. Lưu ý là càng có nhiều nhân vật trong truyện thì tình trạng khó xử càng phức tạp hơn.
- Kể một câu truyện quen thuộc. Thí dụ, Timmy đang cố sức làm một tòa tháp rất cao. Bindy để ý thấy tòa tháp và em nghĩ phá đổ tòa tháp đó chắc là vui lắm. Ngay khi Timmy ráp khối cuối cùng vào tòa tháp thì Bindy phá đổ tòa tháp này.
- Hỏi trẻ, "Con nghĩ Timmy cảm thấy như thế nào? Cậu ta có thể làm một số chuyện gì sau khi Bindy phá đổ tòa tháp? Họ có thể làm một số việc gì với nhau sau khi tòa tháp bị phá đổ?"
- Đừng giải quyết tình trạng khó xử này. Thử đặt các câu hỏi để giúp hướng dẫn trẻ tìm giải pháp.

Tại Sao

Qua kinh nghiệm này, trẻ em sẽ

- Phát triển khả năng hiểu được các khác biệt về quan điểm
- Nâng cao mức sử dụng ngôn ngữ và trí nhớ
- Phát huy danh tính cá biệt bằng cách bênh vực cho quan điểm và cảm nghĩ của trẻ em
- Tập giải quyết vấn đề cho các khó khăn ngoài đời thật



Cách Nào

Khuyến khích trẻ nghĩ về cảm nghĩ của các nhân vật này, nhất là những nhân vật trẻ có thể chưa hiểu được ngay.

Kể cho trẻ nghe một câu truyện về Tình Trạng Khó Xử Hằng Ngày trong đời quý vị. Hỏi ý kiến trẻ xem giải quyết như thế nào. Cho trẻ biết quý vị đã làm gì, hoặc quý vị có thể thảo luận về những cách khác có thể áp dụng để giải quyết.

Cung cấp một số chọn lựa về cách giải quyết nếu trẻ em khó tự nghĩ ra. Vẽ hoặc chụp hình trẻ sử dụng các giải pháp giúp cho trí nhớ, truyền thông, và suy nghĩ phê bình. Một số giải pháp thông thường cho những trường hợp khó khăn với bạn bè đồng lứa có thể là

- Nhờ bạn hoặc một người lớn trợ giúp
- Hít vào một hơi dài
- Chọn cách mới
- Hỏi xem quý vị có thể giúp giải quyết hay không
- Cho bạn biết trẻ cảm thấy như thế nào hoặc cần gì
- Hỏi hoặc đề nghị ôm vỗ về

Dùng sách vở, búp bê, hoặc con rối để biểu diễn một tình huống và một trong các giải pháp này. Bảo trẻ kể một câu truyện Tình Trạng Khó Xử hằng Ngày về một trong các tình huống của chính trẻ.

Đọc một quyển sách với trẻ về giải quyết vấn đề hoặc các ý tưởng khác liên quan đến chủ đề này. Sau đây là các đề nghị:

- *Accident!* của Andrea Tsurumi
- *I Love My Purse*, của Belle DeMont

Ở Đâu

Có thể áp dụng sinh hoạt này ở bất cứ chỗ nào.

Khi Nào

Có thể áp dụng sinh hoạt này vào bất cứ lúc nào trong ngày. Một số trẻ em có thể thích hoặc cần có cơ hội để thực tập tình trạng khó xử hằng ngày trước khi đến nơi giữ trẻ hoặc đi học, hoặc sau khi về nhà.



Tất Cả Đều Thay Đổi



Chuyện Gì

Đây là một kinh nghiệm giúp trẻ học về điều khác biệt và thay đổi.

1 Tạo Dựng Môi Trường

Nói với trẻ về các thay đổi xảy ra hằng ngày, chẳng hạn như thời tiết, hoa đã nở, lá đã rụng, hoặc móng tay hoặc móng chân mọc dài hơn tuần trước.

Nói về việc một số việc có thay đổi lớn, và một số việc có thay đổi nhỏ như thế nào. Đôi khi trẻ có thể cảm thấy vui sướng về các thay đổi, và buồn bã về các thay đổi khác, và cảm nghĩ đó không có gì sai trái.

2 Chia Sẻ Kinh Nghiệm

Bảo trẻ nhìn quanh và tìm một thứ vẫn còn nguyên như cũ, và một thứ khác đã thay đổi. Có thể trời nắng buổi sáng vẫn còn nắng. Có thể một con chim thấy ngoài trời đã bay đi mất. Hỏi trẻ, "Con nhìn thấy gì?"

Tại Sao

Qua kinh nghiệm này, trẻ em sẽ học

- Tò ý quan tâm tích cực và tôn trọng đối với bản thân, người khác, và tài sản
- Hiểu là tất cả mọi người đều có giá trị
- Hiểu, chấp nhận, và đón nhận các thay đổi và khác biệt ở chính trẻ và thế giới xung quanh trẻ

Cách Nào

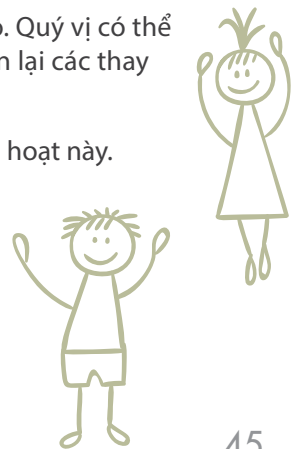
Thăm dò với trẻ về một số việc vẫn còn nguyên như trước, và một số việc đã khác hoặc thay đổi. Vạch ra những việc đó.

Thăm dò với trẻ về những thay đổi và khác biệt này có thể trông như thế nào trên giấy, dù bằng chữ viết, hình vẽ, hoặc bằng một cách sáng tạo khác.

Thăm dò với trẻ về những thay đổi và khác biệt này khiến cho trẻ cảm thấy như thế nào. Quý vị có thể thảo luận về các thay đổi này, viết xuống, vẽ ra, hoặc bày tỏ qua cách nào khác như diễn lại các thay đổi đó.

Đọc một câu chuyện với trẻ về thời tiết, các thay đổi hoặc ý tưởng khác liên quan đến sinh hoạt này. Sau đây là một đề nghị:

- *The Apple Tree* của Sandy Tharp-Thee & Marlena Campell Hodson



Ở Đâu

Có thể áp dụng sinh hoạt này ở bất cứ khu vực nào quen thuộc với trẻ.

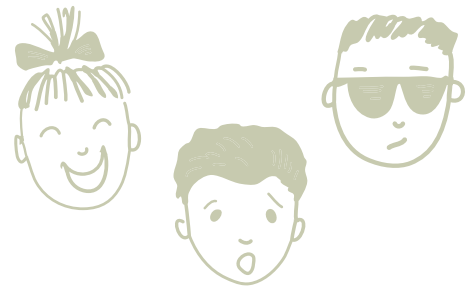
Tham Khảo

Braun, M., & Stewart, W. (2017). *Mindful Kids: 50 Mindfulness Activities for Kindness, Focus and Calm*. [Activity Deck]. Cambridge, MA: Barefoot Books

Khi Nào

Có thể áp dụng sinh hoạt này vào bất cứ lúc nào trong ngày.





Dán Ghép Khuôn Mặt

Chuyện Gì

Dán Ghép Khuôn Mặt là một cách tuyệt vời để dạy trẻ em về bản sắc cá nhân, tính đa dạng và nuôi dưỡng cảm giác thân thuộc.

1 Tạo Dụng Môi Trường

- Chụp hình tròn khuôn mặt của con quý vị, trẻ em, hoặc người trong gia đình. In ra những hình này trên giấy khổ tiêu chuẩn (hay nhất là hình màu). Cắt hình ra bốn đến sáu mảnh theo chiều dọc. Để giữ những mảnh này được bền bỉ hơn, quý vị có thể bọc nhựa dẻo những mảnh này hoặc bọc plastic trong hay băng keo trong để dán thùng.
- Trộn lẫn những mảnh này trong một cái giỏ và cho trẻ có thì giờ thăm dò.
- Hỏi trẻ xem chúng thấy những cảm xúc gì trong giỏ này và cho biết quý vị thấy gì. “Mẹ thấy một nụ cười vui sướng. Cái này trông giống miệng con!”

2 Ghép Hình

Trẻ có thể xếp khuôn mặt lại với nhau hoặc thăm dò xếp những mảnh này để tạo thành các khuôn mặt độc nhất từ những đặc điểm về khuôn mặt của chính trẻ, gia đình, hoặc bạn của trẻ.

Tại Sao

Qua kinh nghiệm này, trẻ em sẽ học

- Nhận biết, chấp nhận, và bày tỏ nhiều loại cảm xúc, tư tưởng, và quan điểm
- Gây dựng các mối liên hệ lành mạnh với cả người lớn lẫn trẻ em
- Hiểu được tính cách đa dạng và bao gồm mọi giới
- Cảm thấy thân thuộc và nhận thức danh tính riêng của mình
- Phát triển các khả năng hiểu biết cảm xúc
- Phát triển ngôn ngữ và truyền thông

Cách Nào

Quý vị có thể bắt đầu bằng một hoặc hai khuôn mặt cắt thành bốn mảnh theo chiều dọc. Khuyến khích phát triển ngôn ngữ bằng cách hỏi trẻ là chúng nhìn thấy gì. Thử chỉ vào các đặc điểm khuôn mặt (thí dụ, mũi, hoặc mắt) và lặp lại tên gọi nhiều lần để trẻ liên kết chữ với hình. Ngoài ra, nếu trẻ giải được câu đố về khuôn mặt, quý vị có thể lặp lại tên người đó với trẻ. Như vậy sẽ giúp trẻ củng cố mối liên hệ với bạn bè và người trong gia đình.



Cắt thêm các khuôn mặt khác thành bốn đến sáu mảnh theo chiều dọc. Đặt những câu hỏi để ngộ như

- “Con nhìn thấy gì/ai?”
- “Con thấy giống nhau không?”
- “Con nghĩ thử cái này dùng làm gì?” (Khi chỉ vào các đặc điểm khuôn mặt, thử nói về chuyện con người và thú vật có các đặc điểm tương tự cùng với nhiệm vụ tương tự nhưng đôi khi lại trông khác nhau rất nhiều như thế nào)
- “Con nghĩ xem cảm giác sẽ như thế nào?”

Đối thoại đôi khi có thể là cách hiệu quả nhất để yểm trợ mức tăng trưởng và phát triển của trẻ em. Có những cuộc đàm thoại phong phú dựa trên sở thích và óc hiếu kỳ của trẻ em có thể đem lại vô số cơ hội học hỏi. Tùy theo câu chuyện dẫn đến đâu, quý vị, trẻ có thể học về việc bao gồm và đón nhận các khác biệt của người khác, hiểu về cảm xúc, cơ thể con người, và toán học cơ bản.

Dùng hình ảnh những người không quen và cắt thành bốn đến sáu mảnh theo chiều dọc và bốn đến sáu mảnh theo chiều ngang cho mỗi khuôn mặt. Sau khi làm các khuôn mặt mới, đặt ra một câu truyện về gốc gác họ là ai và họ thích gì.

Đọc một câu truyện với trẻ về cảm nghĩ, gia đình, hoặc các ý tưởng khác liên quan đến sinh hoạt này. Sau đây là một đề nghị:

- *My Nose, Your Nose* của Melanie Walsh

Ở Đâu

Có thể thực hiện kinh nghiệm này trên một bề mặt phẳng, trong nhà, hoặc ngoài trời. Quý vị cũng có thể gắn thêm nam châm vào sau lưng những mảnh này để đặt lên một tấm bảng từ tính hoặc trên tủ lạnh.

Khi Nào

Có thể áp dụng sinh hoạt này vào bất cứ lúc nào trong ngày, và tốt nhất là thăm dò với từng trẻ hoặc trong những nhóm nhỏ.





Cây Gia Phả

Chuyện Gì

Từ thuở thơ ấu, trẻ em đã muốn có một ý thức thân thuộc trong thế giới của mình. Những lời đầu tiên của trẻ thường là nhận ra chữ hoặc tên của anh chị em mình, cha mẹ, người giám hộ, hoặc người trông giữ. Khi trẻ trở nên tự tin hơn về các khả năng của mình, và phát triển cá tính riêng, chúng càng nhận thức được các điểm tương đồng và khác biệt với bạn bè.

Thăm dò Cây Gia Phả là một cách tuyệt vời để nuôi dưỡng ý thức thân thuộc và danh tính của trẻ cũng như tìm hiểu thêm về dòng dõi gia đình và nền văn hóa. Đây cũng là một cách đơn giản để thăm dò tính cách đa dạng giữa các đơn vị gia đình và những cách sinh hoạt.

1 Tạo Dựng Môi Trường

- Ý niệm "Gia Đình" có nhiều cách biểu lộ. Hãy giới thiệu ý tưởng này bằng cách nói về gia đình quý vị, xem hình ảnh gia đình với nhau, hoặc đọc một câu chuyện về các gia đình.
- Nói với trẻ về các cảm xúc khác nhau có thể xảy ra trong một gia đình (chẳng hạn như anh chị em có thể cảm thấy buồn bã về một món đồ chơi bị hư, một bà dì có thể cảm thấy tình yêu thương khi được ôm).

2 Thăm Dò Cây Gia Phả của quý vị

- Gắn hình ảnh người trong gia đình/người chăm sóc lên giấy hoặc bảng bích chương và bắt đầu lập cây gia phả, bắt đầu là trẻ ở giữa. Thêm hình ảnh ông bà, chú bác, cô dì, bạn đời, họ hàng, hoặc anh chị em. Cũng làm như vậy cho những người chăm sóc.
- Thử làm cây gia phả trông giống như một cái cây thật bằng cách gắn hình lên lá cắt ra hoặc dùng lá thật để gắn hình. Hình ảnh có thể nối với nhau bằng đường kẻ, dây, hoặc que. Đây là một cách hay để cho thấy được mối liên hệ giữa những người trong gia đình và những người thân yêu.

Tại Sao

Qua kinh nghiệm này, trẻ em sẽ

- Phát triển lòng tự tin, ý thức thân thuộc, tự bày tỏ, và đa dạng
- Nâng cao các khả năng truyền thông, ngôn ngữ, và đọc viết
- Phát triển các khả năng sáng tạo, suy nghĩ phê bình và giải quyết vấn đề



Cách Nào

Quý vị có thể áp dụng sinh hoạt này với trẻ theo nhiều cách khác nhau; tuy nhiên tốt nhất là “biết khán giả của mình.” Cải biến cho thích hợp với các nhu cầu riêng của trẻ, chẳng hạn như hình ảnh cá nhân, hình vẽ, hoặc bằng cách nói ra hoặc viết tên.

Thử dùng hình ảnh trong những trò chơi phỏng đoán (chẳng hạn như đoán người/tên hoặc những điều khác về họ).

Trẻ chưa biết nói có thể xếp hình ảnh vào đúng những người gần đó. Thay vì bảo trẻ lặp lại hoặc nói ra tên, hãy hỏi trẻ, “Bố đâu?” và bảo trẻ đi đến, tìm, hoặc chỉ vào một người.

Thử vẽ hình ảnh những người trong gia đình thay vì hình chụp. Quý vị cũng có thể thêm chi tiết từng người trong gia đình dưới mỗi hình (họ sinh ở đâu, thức ăn họ thích nhất, trò tiêu khiển).

Trẻ em đang học tên những người trong gia đình hoặc người chăm sóc có thể nhìn vào các hình này. Bọc nhựa dẻo các hình này (thử bọc nhựa, băng keo trong dán thùng, hoặc những tờ kẹp giấy bằng plastic) và gắn hình vào vòng xoay chìa khóa hoặc chồng lên nhau. Có thể ghi thêm tên vào mặt trước hoặc sau hình. Nói về các hình ảnh này thường xuyên để giúp trẻ trở nên quen thuộc.

Nếu trẻ đang ở trong lớp học, hãy thử hỏi trẻ có muốn trưng bày cây gia phả hoặc hình ảnh gia đình cho bạn bè xem hay không. Cách này có thể đưa đến buổi đàm thoại thật hứng thú giữa bạn bè.

Đọc một quyển sách với trẻ về những loại gia đình khác nhau.
Sau đây là các đề nghị:

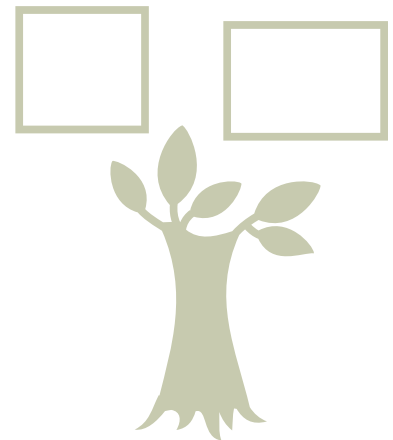
- *A Family Is a Family Is a Family*, của Sara O’Leary
- *The Family Book*, của Todd Parr

Ở Đâu

Có thể thăm dò kinh nghiệm này ở bất cứ chỗ nào; tuy nhiên tốt nhất là sinh hoạt tại bàn để quý vị có thể giúp kết nối thành cây gia phả. Tốt nhất là thăm dò với từng trẻ hoặc trong một nhóm nhỏ.

Khi Nào

Có thể áp dụng sinh hoạt này vào bất cứ lúc nào trong ngày.



Làm Vườn với Trẻ



Chuyện Gì

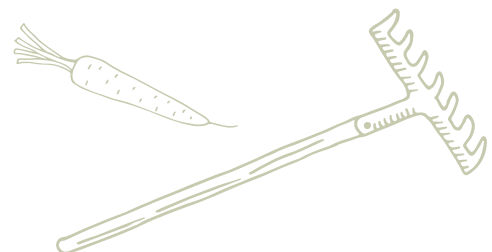
Cho trẻ em tham gia làm vườn là một cách hay để kết nối với thiên nhiên, học về thực phẩm, và thức ăn mọc như thế nào. Trong vườn, trẻ cũng dùng được tất cả mọi giác quan (xúc giác, vị giác, thị giác, thính giác, và khứu giác – tức là sờ, nếm, nhìn, nghe, và ngửi). Thí dụ, trẻ có thể nhìn thấy rau trái khi mọc lên, và có thể nếm được khi đã chín. Trẻ em thường muốn thử những gì trẻ đã giúp trồng hoặc chuẩn bị. Đầu xuân là thời gian lý tưởng để bắt đầu ươm hạt trong nhà và nói với trẻ về mùa trồng trọt.

1 Tạo Dựng Môi Trường

- Thăm dò một ngôi vườn với trẻ và những gì có thể tìm thấy trong vườn.
- Hỏi trẻ nghĩ gì về việc chăm sóc cây cỏ và vườn tược.
- Xem hình ảnh trong sách hoặc các ngôi vườn trong khu xóm của quý vị.
- Hỏi trẻ xem chúng có thích làm vườn riêng ở nhà hay không!

2 Các Hoạt Động Làm Vườn

- Quyết định xem quý vị sẽ trồng cây ngoài trời hay chỉ trồng trong nhà. Nếu quý vị có chỗ ngoài trời để lập một ngôi vườn nhỏ hoặc để chậu cây, khuyến khích trẻ giúp chuẩn bị đất bằng cách nhỏ cỏ dại, cày đất bằng xẻng hoặc gậy, và quậy phân ủ hoặc các loại đất thiên nhiên khác (tránh các loại phân hóa học có thể độc hại nếu trẻ nuốt nhầm khi dính vào tay).
- Chọn hạt giống với trẻ. Cùng với trẻ quyết định xem có thể trồng những loại rau hay đậu nào tùy theo chỗ và ánh nắng, và những loại mà gia đình quý vị và/hoặc cộng đồng vẫn thường trồng. Thí dụ, bí cần mọc lan dầy trên đất và cần nhiều chỗ hơn như một chậu dài và lớn hoặc một mảnh đất trong vườn. Cà chua, các loại rau thơm, rau diếp, rau cải cầu vòng, và cải xoăn mọc thẳng đứng lên và có thể trồng trong chậu. Đậu đũa và đậu hạt cần có giàn leo hoặc hàng rào để mọc leo trên đó. Giữ lại những bao hạt giống để xem lại cho biết cây cần gì để tăng trưởng.
- Bắt đầu ươm hạt giống trong nhà trên giấy lau tay ẩm ướt đặt trong những túi plastic nhỏ. Dán nhãn bao này để trẻ có thể nhận ra mặt chữ. Khuyến khích trẻ chọn (tốt nhất) hai loại hạt giống để bắt đầu, phòng trường hợp có một loại không mọc. Đặt hạt ươm ở cửa sổ có nắng. Xem hằng ngày để chắc chắn là giấy ẩm ướt và chờ xem hạt giống nảy mầm. Hỏi trẻ xem chúng nhìn thấy gì khi hạt nảy mầm. Khuyến khích trẻ vẽ ra những gì chúng nhìn thấy mỗi ngày, và dán nhãn bằng một hoặc hai chữ.
- Sau khi cây con mọc lên, hãy cùng với trẻ dời sang một chậu nhỏ hoặc một hộp giấy đựng trứng đã dùng hết trứng cùng với một ít đất trồng chậu mới (chọn loại đất để trồng cây thực phẩm). Hộp trứng thật hiệu quả vì có thể đem trồng lại ngay vào chậu lớn hơn hoặc trong vườn, là lớp giấy rời sẽ mủn ra (lưu ý là hộp trứng Styrofoam sẽ không mủn).



- Dời hạt giống ra ngoài trời (nếu có thể được) khi không còn rủi ro bị băng giá ngoài trời nữa. Một số cây có thể cần ấm lâu hơn, chẳng hạn như cà chua. Một số cây có thể cần cắm cọc để nâng đỡ.
- Khuyến khích trẻ thử giữ các vai trò khác nhau của người làm vườn, như tưới nước, nhổ cỏ dại, và cuối cùng là hái rau. Nếu quý vị có nhiều con, bảo chúng thay phiên giữ các vai trò khác nhau của người làm vườn. Nếu hoa màu của quý vị không có nhiều đủ cho tất cả mọi người nếm thử thì hãy nghĩ đến việc mua thêm từ tiệm thực phẩm. Có thể cho mọi người nếm thử xem loại nào ngon hơn!

Tại Sao

Qua kinh nghiệm này, trẻ em sẽ học

- Biết được các hành động của chúng—qua việc làm vườn—có thể ảnh hưởng đến thiên nhiên và quả đất như thế nào
- Thăm dò và học về gia đình, cộng đồng, và thế giới rộng lớn hơn bằng cách trồng thực phẩm nào quan trọng cho cộng đồng của chúng
- Phát triển các năng khiếu/khả năng vận động bằng cách trồng hạt giống và tưới hoặc múc nước hoặc đất
- Biết và hiểu về dinh dưỡng và thiên nhiên
- Gây dựng cảm thông và nhìn thấy tác động của hành động của mình trong môi trường xung quanh

Cách Nào

Một số trẻ có thể cần được hướng dẫn và trợ giúp cho các sinh hoạt trên. Hãy thực hiện các sinh hoạt này với trẻ bằng cách hướng dẫn hành động của chúng qua hành động của mình, chẳng hạn cầm tay để trẻ có kinh nghiệm làm các hành động đó.

Tim một chỗ cho trẻ tự thăm dò một mình các sinh hoạt khác nhau, và thử quan sát trẻ. Để ý các sở thích của trẻ và đặt các câu hỏi để thăm dò thêm về các sở thích này.

Khuyến khích trẻ nghĩ về các trò chơi mới và các ý tưởng kết hợp một chủ đề làm vườn.

Đọc một câu truyện với trẻ về làm vườn hoặc các ý tưởng khác liên quan đến sinh hoạt này. Sau đây là một đề nghị:

- *A Day with Yahya* của Nicola Campbell & Julie Flett

Ở Đâu

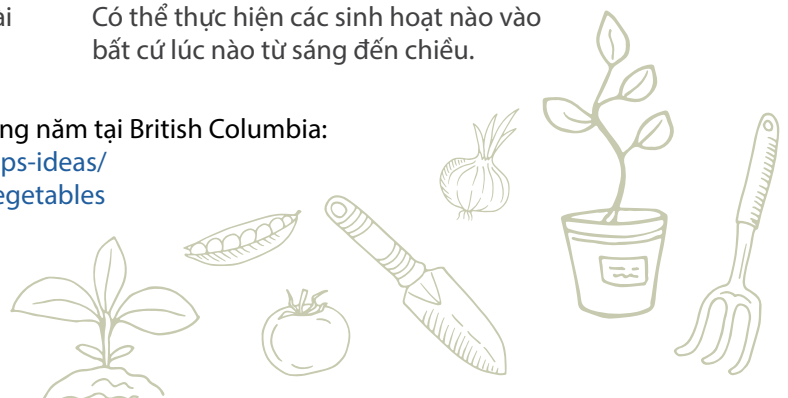
Có thể áp dụng sinh hoạt này trong nhà hoặc ngoài trời, tùy theo đang trồng vườn ở đâu.

Xem danh sách các loại cây này và khi nào mọc trong năm tại British Columbia:

<https://www.appetitetoplay.com/healthy-eating/tips-ideas/seasonally-available-british-columbia-fruits-and-vegetables>

Khi Nào

Có thể thực hiện các sinh hoạt này vào bất cứ lúc nào từ sáng đến chiều.





Bột Nhồi Nặn Người

Chuyện Gì

Trẻ em học về thế giới xung quanh chúng bằng cách hỏi và quan sát. Trẻ học từ những người xung quanh, và rồi cuộc chúng khám phá hoặc nhận ra là có những điểm tương đồng và khác biệt giữa chúng với người khác. Điều quan trọng trong tiến trình này là cha mẹ, người chăm sóc, và các nhà giáo dục yểm trợ cho trẻ phát triển một hình ảnh tích cực về bản thân cũng như hiểu rằng vấn đề đa dạng, hay khác biệt, là một sự thật của thế giới chúng ta, và là điều đáng tôn vinh.

1 Tạo Dựng Môi Trường

Một cách để giới thiệu sinh hoạt này là đọc một câu chuyện về đa dạng như *The Skin You Live In* của Michael Taylor. Khi quý vị đọc sách này với trẻ, hãy nói về màu da. Sau khi đọc xong, hãy nhìn vào cánh tay của chính mình và bảo trẻ đoán xem màu da của quý vị là màu gì. Nếu trong một nhóm, quý vị có thể hỏi chúng xem chúng cho màu da mình là gì. Hỏi về những người trong gia đình chúng, họ trông như thế nào, và quan trọng hơn hết là điểm nào khiến họ là người độc nhất hoặc đặc biệt.

2 Làm Bột Nhồi Nặn!

Nguyên Liệu Bột Nhồi Nặn

- 2 Tbsp dầu thực vật
- 4 Tbsp Kem Tartar
- 2 cups bột mì đa dụng
- 1 cup muối
- Phẩm màu thức ăn (xem phần tỷ lệ)
- 2 cups nước

Tỷ Lệ Phẩm Màu cho Các Màu Da Khác Nhau:

- Rạm Nắng: 3 giọt vàng, 2 giọt đỏ, 1 giọt xanh dương
- Nâu [rạm nắng nhiều hơn]: 3 giọt vàng, 3 giọt đỏ, 3 giọt xanh dương
- Olive/Nâu: 10 giọt vàng, 8 giọt đỏ, 6 giọt xanh dương
- Hồng/Ứng Đỏ: nhúng một cây tăm vào phẩm đỏ và quậy vào nước, thêm từng chút một cho đến khi có được màu đúng ý

Chỉ Dẫn

Trộn tất cả các nguyên liệu khô trong tô rồi để qua một bên. Đổ các nguyên liệu lỏng vào một cái chảo sâu trên bếp mở lửa vừa và quậy đều trong 3-5 phút, rồi đổ hỗn hợp khô vào chảo từ từ cho đến khi hỗn hợp đặc quánh lại. Sau khi nguội, quý vị có thể nhồi bột trên một cái thớt rắc một lớp bột mì khô mỏng. Ghi Chú: Bột nhồi nặn làm ở nhà có thể hơi khó. Nếu không mềm dẻo đúng mức, thử pha thêm bột mì hoặc nước khi cần. Bột nhồi nặn rất dễ điều chỉnh, nên cứ tiếp tục thêm bột cho đến quý vị đạt được độ mềm dẻo đúng ý.

3 Chơi!

Sinh hoạt do trẻ hướng dẫn này có thể bày ra chơi trên bàn với bột nhồi nặn hoặc các vật liệu khác nhau như khuôn bánh quy hình cơ thể, nút, mắt lức lắc, và các loại chỉ khác nhau (cam, vàng nâu, đen, và trắng). Trẻ có thể thăm dò những món này để làm thành khuôn chính mình, bạn chúng, hoặc bất cứ người nào chúng muốn.



Tại Sao

Sinh hoạt này giúp

- Phát triển các khả năng suy nghĩ phê bình
- Phát triển khả năng hiểu tính cách đa dạng, giá trị cá nhân, và hình ảnh tích cực về bản thân
- Phát triển khả năng cảm thông và nhận thức nhiều hơn về xã hội và cảm xúc
- củng cố các khả năng vận động tinh vi (tay)
- Phát triển khả năng chịu được nhiều kinh nghiệm khác nhau về cảm giác

Cách Nào

Thử nặn khuôn chính mình, bạn bè, hoặc người thân yêu bằng bột nhồi nặn và những món khác trên bàn. Nhắc lại trò chơi của chúng bằng lời lẽ tích cực. Thí dụ, nếu trẻ đặt mấy sợi chỉ lên bụng của chúng, quý vị có thể nói “Con gắn tóc lên bụng con,” thay vì nói “Con không có tóc trên bụng, con có tóc trên đầu.” Quan sát những gì trẻ đang làm và khuyến khích trẻ giải thích và thảo luận. Hãy nhớ đây là về một tiến trình, không phải về sản phẩm!

Đối với trẻ em còn đang tập nói, hãy cùng nặn hình người với nhau và giúp trẻ đặt tên các hình nhân đó là người chăm sóc, nhà giáo dục, bạn bè, hoặc gia đình. Cho trẻ xem hình nếu có thể giúp trẻ thấy mối liên kết.

Để thăm dò thêm về giác quan, thay phẩm màu thực phẩm bằng các nguyên liệu thiên nhiên như carob, cocoa, gừng, bột mù tạt, ớt paprika, quế, bột ớt và hỗn hợp gia vị taco, để làm cho màu sậm và nhiều màu da khác nhau ngoài mùi khác nhau. Như vậy sẽ khuyến khích trẻ thăm dò những mùi khác nhau của các loại thực phẩm khác nhau và thảo luận về những loại đó.

Đọc một quyển sách với trẻ về tính cách đa dạng, làm nhiều loại bột nhồi nặn hoặc các ý tưởng khác liên quan đến chủ đề này. Sau đây là các đề nghị:

- *Shades of People*, của Shelley Rotner
- *Suzie's Sourdough Circus*, của Kathy Sager.

Xem MOSAIC BC, một cơ quan từ thiện tại BC phục vụ di dân, người mới đến và người tỵ nạn qua các chương trình và sinh hoạt trên khắp BC: <https://www.mosaicbc.org/about/>

Ở Đâu

Sinh hoạt này thích hợp nhất cho một đến bốn trẻ trên bàn để chúng có thể nói chuyện và thăm dò.

Khi Nào

Có thể thăm dò sinh hoạt này vào bất cứ lúc nào trong ngày. Nhớ dành nhiều thì giờ, để trẻ không bị hối thúc làm cho nhanh qua kinh nghiệm này.

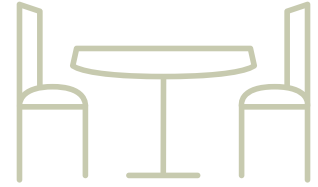
Tham Khảo

Hollander, D. (2012, Oct. 6). *Flesh Tone Play Dough Tutorial* [Blog Post].

Lấy từ [https://littlestarslearning.blogspot.com/2012/10/](https://littlestarslearning.blogspot.com/2012/10/flesh-tone-play-dough-tutorial.html?_sm_au_=iVVqMmmV7VpV5WBs)

[flesh-tone-play-dough-tutorial.html?_sm_au_=iVVqMmmV7VpV5WBs](https://littlestarslearning.blogspot.com/2012/10/flesh-tone-play-dough-tutorial.html?_sm_au_=iVVqMmmV7VpV5WBs)

Chơi Đóng Kịch Nhà Hàng



Chuyện Gì

Trẻ em thích chơi đóng kịch, kể cả chơi giả vờ đóng kịch với thức ăn. Sinh hoạt này cho trẻ có cơ hội đóng kịch bằng cách giả vờ hoạch định, chuẩn bị nấu nướng, và mời ăn.

1 Tạo Dựng Môi Trường

Giới thiệu ý tưởng đóng kịch nhà hàng. Hãy cùng nhau quyết định về những món ăn sẽ phục vụ tại nhà hàng này. Quý vị có thể chọn những món ăn mà cả hai đều thích, các loại thức ăn ưa thích nhất của trẻ, hoặc thức ăn giả vờ.

2 Chơi Nhà Hàng

Cho trẻ có một số chọn lựa nếu trẻ gặp khó khăn khi bắt đầu. Sau đây là một số việc cần làm để lập nhà hàng:

- Soạn thực đơn
- Bày bàn ăn
- Chuẩn bị thức ăn
- Mặc quần áo (đeo tạp dề, đội nón, khăn quàng cổ, hoặc bất cứ thứ gì nghĩ ra!)
- Rửa chén bát
- Mời khách

Tại Sao

Qua kinh nghiệm này, trẻ em sẽ

- Phát triển các khả năng suy nghĩ phê bình
- Phát triển khả năng hiểu được các quan điểm đa dạng về thế giới
- Củng cố các khả năng đọc viết và truyền thông
- Tự kiểm soát trong khi chơi đóng kịch



Cách Nào

Khuyến khích trẻ làm ra các loại thức ăn trẻ đã quyết định chọn; thí dụ, dùng bột nhồi nặn, hình khối, hình ảnh cắt từ báo, tạp chí, hoặc vẽ, tô màu hoặc tự sơn.

Cùng nhau soạn thực đơn và bảng hiệu cho nhà hàng. Trẻ có thể quyết định về tên nhà hàng, phục vụ những loại thức ăn nào, giá món ăn, và vẽ hình các món ăn.

Nói về việc có thể cần thêm những gì khác để chuẩn bị cho nhà hàng này (chẳng hạn như chỗ ngồi, ly tách, muỗng nĩa, khăn ăn). Trẻ có thể còn nghĩ đến nhạc chúng muốn chơi trong khi khách hàng ăn uống!

Nếu trẻ cần được giúp để bắt đầu, hãy cho trẻ thấy cách làm việc gì đó (rửa chén bát, quậy nồi) và khuyến khích trẻ bắt chước quý vị. Khi chơi, giúp trẻ làm một loạt những việc nào đó theo thứ tự trước sau: lấy tách, rót thức uống gì đó vào tách, quậy lên, uống!

Thử đặt những câu hỏi để ngộ như “Những thứ gì hoạt động êm xuôi?” hoặc “Chúng ta có thể cần những thứ gì khác hay không?” Khuyến khích trẻ áp dụng các ý tưởng này và chơi lại.

Cùng với trẻ nói về những ai khác chúng có thể muốn mời đến nhà hàng của chúng. Đây có thể là những người trong gia đình, những người ưa thích khác, hoặc ngay cả đồ chơi nhồi bông. Thử làm thiệp mời để gửi đến những người này đến cùng ăn uống với trẻ tại nhà hàng của chúng.

Đọc một quyển sách với trẻ về chơi giả vờ đóng kịch trong một nhà hàng hoặc các ý tưởng khác liên quan đến chủ đề này. Sau đây là các đề nghị:

- *Eat*, của Elizabeth Verdick
- *Soup Day*, của Melissa Iwai
- *There's a Fly Guy in My Soup*, của Todd Arnold

Ở Đâu

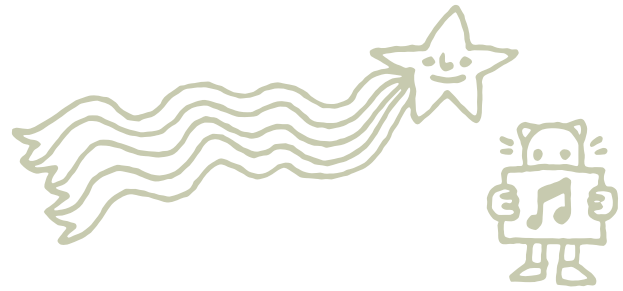
Có thể áp dụng sinh hoạt này trong nhà hoặc ngoài trời nơi có đủ chỗ để lập nhà hàng.

Khi Nào

Có thể áp dụng sinh hoạt này vào bất cứ lúc nào trong ngày, tháng, hoặc năm.



Kể Truyện



Chuyện Gì

Thử sinh hoạt này nếu quý vị thấy trẻ thích nghe truyện, hoặc đang bắt đầu tự sáng tác truyện.

Quý vị không cần phải là người kể truyện xuất sắc để trẻ vui mừng khi được nghe truyện. Quý vị có thể kể một câu truyện riêng có ý nghĩa từ thuở bé của mình. Trẻ em cũng thích nghe các câu truyện về chúng, như truyện chúng sinh ra đời và quý vị trông ngóng gặp mặt chúng như thế nào.

Trẻ em có thể ngắt lời lúc đang kể truyện để hỏi. Không có cách đúng hay sai, và việc này yểm trợ cho trẻ phát triển lòng tự trọng.

Quý vị chỉ việc thư thả, vui đùa, và để mặc câu truyện đưa đẩy!

Tại Sao

Qua kinh nghiệm này, trẻ học

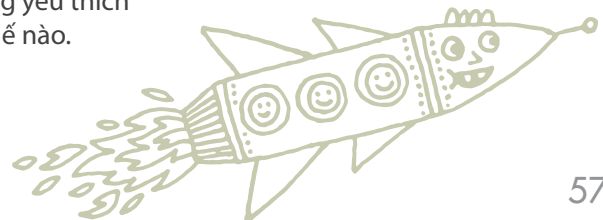
- Biết được các giá trị và niềm tin cũng như nền văn hóa của quý vị
- Thăm dò và học hỏi về gia đình, cộng đồng, và thế giới rộng lớn hơn
- Biết và nhìn nhận ngữ vựng mới và hiểu ngôn ngữ
- Áp dụng các khả năng suy nghĩ phê bình nếu quý vị cho trẻ tham gia vào câu truyện. Thí dụ, hỏi trẻ xem chúng nghĩ chuyện gì có thể xảy ra
- Kể một câu truyện về chính mình hoặc gia đình mình
- Xem và nghe một khuôn mẫu kể truyện để khuyến khích trẻ tự sáng tác các câu truyện của riêng mình
- Cảm thấy được giao quyền bằng cách học những bài học cuộc sống từ cha/mẹ hoặc người chăm sóc

Sinh hoạt này có thể giúp quý vị và trẻ gắn bó với nhau. Thông thường trẻ em thích rúc vào lòng trong khi nghe truyện. Việc tiếp xúc ôm ấp nhau giúp cho trẻ cảm thấy gắn gũi và kết nối bằng cách dành thì giờ nói chuyện và lắng nghe với nhau.

Cách Nào

Nếu quý vị không có nhiều kinh nghiệm kể truyện, quý vị có thể bắt đầu bằng một câu truyện ngắn. Thí dụ, thử kể cho trẻ nghe chuyện vui nào đó đã xảy ra cho quý vị hoặc trẻ đã nói điều gì khôi hài hồi còn nhỏ hơn.

Kể những câu truyện dài hơn mà quý vị biết rõ. Trẻ em thích tìm hiểu thêm về nền văn hóa của mình và người trong gia đình qua những câu truyện. Quý vị có thể kể cho trẻ nghe về những gì quý vị đã từng yêu thích thuở bé, hoặc những gì làm quý vị sợ hãi và đã vượt qua nỗi sợ đó như thế nào. Kể cho trẻ nghe về những người quan trọng đối với quý vị và họ đã ảnh hưởng đến cuộc đời mình như thế nào. Quý vị có thể kể những câu truyện về trẻ và những gì chúng từng yêu thích hoặc sợ hãi và cho thấy chúng đã thay đổi và lớn lên như thế nào.



Tim cách cho trẻ tham gia khi kể truyện bằng cách đặt những câu hỏi như, “Con nghĩ xem sau đó đã xảy ra chuyện gì?” hoặc “Con thấy trường hợp đó sẽ cảm thấy như thế nào?” Quý vị cũng có thể đặt ra những câu truyện trong đó trẻ là vị anh hùng cứu vãn được tình hình. Cho nhân vật trẻ ưa thích nhất vào câu truyện. Quý vị có thể sáng tạo truyện mới hoặc kể những câu truyện quý vị biết. Dù theo cách nào đi nữa thì trẻ em cũng sẽ thích được chú ý và thời gian nói chuyện với nhau.

Thăm dò các câu truyện tại thư viện địa phương:

<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries>

Đọc một quyển sách với trẻ về kể truyện hoặc các ý tưởng khác liên quan đến chủ đề này. Sau đây là một số sách được đề nghị mà quý vị có thể tìm ở thư viện địa phương:

- *The Typewriter*, của Bill Thomson
- *I am a Story*, của Dan Yaccarino

Ở Đâu

Quý vị có thể kể truyện ở bất cứ chỗ nào.

Khi Nào

Có thể áp dụng sinh hoạt này vào giờ đi ngủ, khi quý vị muốn trẻ bận nghe truyện, lúc đang chờ hẹn, hoặc trong khi đi đâu đó. Có thể kể truyện bất cứ lúc nào khi quý vị hoặc trẻ đang muốn kể hoặc nghe truyện!

Tham Khảo

Chương Trình Tác Vụ Cộng Đồng cho Trẻ Em (CAPC)

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/health-promotion/childhood-adolescence/programs-initiatives/community-action-program-children-capc.html>

