



Quà Tặng

## Những viên gạch nền tảng cho bậc mẫu giáo



## ĐỒNG HÀNH CÙNG CON ĐỂ THÀNH CÔNG

Tài liệu được điều chỉnh để sử dụng tại Quận Orange với sự cho phép từ Sáng kiến Từ Nôi đến Nghề nghiệp; một liên minh gồm Thành phố Santa Monica, Học khu Thống nhất Santa Monica-Malibu, Trường Cao đẳng Santa Monica và các đối tác cộng đồng.

# CHUẨN BỊ CHO BẬC MẪU GIÁO



## Bắt đầu vào mẫu giáo là một hành trình thú vị đối với trẻ và cha mẹ.

Đó là một khởi đầu mới cho việc học tập, kết bạn, xây dựng sự tự tin và phát triển tính tự lập.

Việc cả con và cha mẹ cảm thấy hồi hộp và háo hức khi bắt đầu vào mẫu giáo là điều hoàn toàn bình thường.

Con có thể thắc mắc không biết đi học ở “trường của các anh chị lớn” sẽ như thế nào.

- Con có kết bạn được không?
- Ai sẽ giúp con buộc dây giày? Ai sẽ là cô giáo của con?

Cha mẹ cũng thường có những băn khoăn riêng.

- Nếu con bị trêu chọc ngoài sân chơi thì sao?
- Nếu con không hiểu cô giáo nói gì thì sao?
- Liệu mình có quý mến cô giáo của con không?

Điều quan trọng là con cảm thấy háo hức và tự hào khi bắt đầu đi học. Chúng ta mong con bước qua cánh cửa lớp học vào ngày đầu tiên với sự tự tin và sẵn sàng hòa nhập.

Tài liệu này cung cấp các mẹo và thông tin hữu ích để cha mẹ và người chăm sóc hỗ trợ con chuẩn bị cho trải nghiệm học mẫu giáo.

*Tổ chức First 5 Quận Orange cũng xin gửi lời cảm ơn đến FIRST 5 Quận Santa Clara, FIRST 5 Quận San Mateo và Quỹ Cộng đồng Thung lũng Silicon vì đã phát triển nội dung gốc của tài liệu này.*

## KHI NÀO CON CÓ THỂ BẮT ĐẦU HỌC MẪU GIÁO?

**Con đủ điều kiện học mẫu giáo nếu con tròn 5 tuổi vào hoặc trước ngày 1 tháng 9 của năm học đó.**

Trường học có trách nhiệm sẵn sàng đáp ứng các nhu cầu riêng biệt của mỗi trẻ trong độ tuổi đi học. Tuy nhiên, một số cha mẹ vẫn băn khoăn liệu con đã sẵn sàng hay chưa. Để giúp cha mẹ quyết định điều phù hợp nhất cho con:

- Hãy đọc tài liệu này! Cân nhắc xem con đang phát triển như thế nào dựa trên các nền tảng sẵn sàng vào mẫu giáo được trình bày trong sách.
- Trao đổi với bác sĩ gia đình hoặc giáo viên mầm non hiện tại của con.
- Ghé thăm trường mẫu giáo mà con sẽ theo học – quan sát các bạn nhỏ đang làm gì và tưởng tượng con mình trong lớp học đó.
- Trò chuyện với cha mẹ có con đang học mẫu giáo hoặc tiểu học và tin vào trực giác của chính mình.

Không có một yếu tố duy nhất hay một danh sách kỹ năng cụ thể nào khiến con sẵn sàng đi học. Thật ra có nhiều lựa chọn và nhiều nghiên cứu về việc như thế nào là “sẵn sàng đi học”. Điều quan trọng là hiểu được điểm mạnh của con và xây dựng sự cân bằng về kỹ năng để giúp con thành công ở mẫu giáo và trong quá trình học tập suốt đời. Cộng đồng của chúng ta cam kết hỗ trợ mọi gia đình trong việc giúp con thành công ở trường học.



### CHƯƠNG TRÌNH TIỀN MẪU GIÁO (TK - TRANSITIONAL KINDERGARTEN)

là một chương trình miễn phí dành cho tất cả trẻ 4 tuổi đủ điều kiện theo độ tuổi (sẽ được áp dụng miễn phí cho mọi trẻ 4 tuổi vào năm học 2025–26). Chương trình TK được xem là năm đầu tiên trong lộ trình mẫu giáo 2 năm, là bước chuyển tiếp giữa mầm non và mẫu giáo, giúp con có thêm thời gian phát triển về mặt xã hội và sẵn sàng về mặt phát triển để thành công khi vào mẫu giáo. Cha mẹ có thể chọn cho con học chương trình TK hoặc bất kỳ chương trình mầm non hoặc tiền mẫu giáo nào mà gia đình đủ điều kiện, bao gồm nhưng không giới hạn ở Chương trình Mầm non Bang California (CSPP), Head Start hoặc các chương trình học phí tự túc tùy thuộc vào những gì có sẵn trong cộng đồng. Cha mẹ nên liên hệ với khu học chánh địa phương để tìm hiểu thêm về các chương trình đang được triển khai tại các trường trong khu vực của mình.

# NHỮNG NỀN TẢNG GIÚP CON SẴN SÀNG VÀO MẪU GIÁO

## Sẵn sàng vào mẫu giáo nghĩa là gì?

Khi 5 tuổi, không có trẻ nào giống trẻ nào, nhưng tất cả đều tràn đầy năng lượng và ham học hỏi. Có trẻ thích chạy nhảy và leo trèo ở sân chơi. Một số trẻ có thể gặp khó khăn về vận động nên việc chạy nhảy, leo trèo không dễ dàng. Có trẻ thích vẽ tranh, chơi xếp hình hoặc hát. Có trẻ lại thấy khó khăn khi cầm bút hoặc nghe nhạc.

Mỗi trẻ đều đặc biệt theo cách riêng của mình. Phần lớn trẻ sẽ giỏi một số kỹ năng nhưng cũng gặp khó khăn với những kỹ năng khác.



## CÁC YẾU TỐ NỀN TẢNG GIÚP CON THÀNH CÔNG

Có bốn lĩnh vực quan trọng giúp con thành công khi vào mẫu giáo:

- Phát triển kỹ năng xã hội và cảm xúc
- Tự chăm sóc bản thân, sức khỏe thể chất và kỹ năng vận động
- Phát triển ngôn ngữ
- Học tập sớm

Cha mẹ có thể chuẩn bị để đồng hành cùng con trong giai đoạn này bằng cách:

- Tập làm quen với những thói quen sinh hoạt mới
- Xác định vai trò của mình trong việc hỗ trợ con, giáo viên và nhà trường
- Giữ thái độ tích cực và hào hứng khi con bắt đầu vào mẫu giáo

# PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG XÃ HỘI VÀ CẢM XÚC

## Chia sẻ và biết quan tâm!

**Khi con tự tin vào khả năng làm việc và vui chơi cùng nhóm, con sẽ thành công hơn ở trường.**

Học các kỹ năng xã hội và cảm xúc là một trong những nền tảng quan trọng nhất, ảnh hưởng lớn đến sự phát triển lành mạnh của con. Những kỹ năng này bao gồm việc giúp con hiểu cách diễn đạt nhu cầu và cảm xúc của mình, và biết kiểm soát hành vi, ngay cả khi con cảm thấy khó chịu hay bực bội. Con cũng cần học cách chuyển tiếp nhẹ nhàng giữa các hoạt động – ví dụ như từ chơi ngoài trời sang các hoạt động đòi hỏi sự tập trung. Giáo viên thường gọi đây là khả năng tự điều chỉnh hay chức năng điều hành.

Việc tạo cơ hội phù hợp với độ tuổi để giúp con đối mặt với thử thách là điều rất quan trọng. Việc giúp con học cách tập trung vào nhiệm vụ, biết chờ đợi điều mình muốn, và làm chậm lại các phản ứng bốc đồng để suy nghĩ trước khi hành động sẽ giúp con thành công trong học tập, công việc và cuộc sống.

Trẻ biết tự điều chỉnh khi sinh ra. Đây là kỹ năng cần được dạy và làm mẫu cho con học theo. Không nên nhầm lẫn kỹ năng này với việc dạy con vâng lời hay tuân thủ mệnh lệnh.

### CON SẴN SÀNG KHI...

- Con biết trò chuyện với người lớn và nhờ giúp đỡ khi cần.
- Con biết chờ đến lượt, chia sẻ và giúp đỡ bạn bè.
- Con sẵn sàng thử các hoạt động mới và biết đặt câu hỏi.
- Con có thể tập trung và chú ý trong khoảng 10–15 phút.
- Con biết làm theo các hướng dẫn một bước hoặc hai bước.
- Con có thể làm việc và vui chơi một mình cũng như cùng nhóm.
- Con dùng trò chơi tưởng tượng để luyện giải quyết xung đột hoặc chuẩn bị cho hoạt động mới.
- Con có cách để tự trấn an khi cảm thấy bực bội, tức giận hoặc buồn.



## GỢI Ý DÀNH CHO CHA MẸ

### Phát triển kỹ năng xã hội và cảm xúc

- Làm gương cho con. Con sẽ bắt chước bạn. Nếu bạn nói nhỏ nhẹ, con cũng sẽ học cách nói nhỏ nhẹ như vậy.
- Giúp con học cách bình tĩnh khi con thấy bức bối, ví dụ như thở sâu và thả lỏng vai.
- Sử dụng lời khen tích cực để giúp con nhận ra khi con đang làm đúng hướng.
- Thiết lập nếp sinh hoạt đều đặn và ổn định. Trẻ dễ hợp tác hơn khi biết trước điều gì sẽ xảy ra.
- Dạy con rằng mọi cảm xúc đều “được phép có”, nhưng không phải hành động nào cũng được chấp nhận. Ví dụ: con có thể buồn, nhưng không được đánh người khác.
- Giúp con cảm thấy tự hào về nỗ lực và thành quả của mình.
- Giúp con nói ra cảm xúc của mình và tưởng tượng người khác đang cảm thấy thế nào.
- Giúp con học từ những sai lầm. Khi có điều gì đó không như ý, hãy cùng con suy nghĩ cách làm tốt hơn lần sau.
- Dành thời gian cho việc chơi. Hãy chơi cùng con và tạo thời gian để con được chơi với bạn bè.
- Đặt ra giới hạn rõ ràng cho con. Điều này giúp con cảm thấy an toàn và tự tin hơn.

# TỰ CHĂM SÓC BẢN THÂN, SỨC KHỎE THỂ CHẤT VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG

## Nạp năng lượng để đến trường!

**Một giấc ngủ ngon vào ban đêm sẽ giúp con phát triển và sẵn sàng tập trung vào ban ngày.** Trẻ 5 tuổi nên ngủ từ 10–12 tiếng mỗi đêm.

Con đã sẵn sàng học tập trong lớp khi con có thể tự chăm sóc những nhu cầu cá nhân như đi vệ sinh, rửa tay, mặc hoặc cởi áo khoác.

Bây giờ cũng là lúc tuyệt vời để hình thành thói quen ăn uống lành mạnh. Con cần có đủ năng lượng và sự tỉnh táo để đến trường. Hãy chú ý chọn bữa sáng, bữa trưa và các món ăn nhẹ tốt cho sức khỏe.

Dành thời gian cho các hoạt động vận động và thể dục. Vận động sẽ giúp con thích nghi với nề nếp và kỳ vọng mới khi vào trường học.



### CON SẴN SÀNG KHI...

- Con khỏe mạnh và đã được tiêm ngừa đầy đủ.
- Con có sức khỏe răng miệng tốt và đã đi khám nha sĩ.
- Con có thể sử dụng bút màu, bút chì và cọ vẽ.
- Con biết cài nút, kéo khóa, buộc dây hoặc dán giày bằng miếng dính.
- Con có thể đá bóng, nhảy bằng một chân và leo lên cầu thang ở công viên.
- Con có thể tự đi vệ sinh, ăn uống, rửa tay và xì mũi.

## GỢI Ý DÀNH CHO CHA MẸ

### Tự chăm sóc bản thân, sức khỏe thể chất và kỹ năng vận động

- Khuyến khích con cùng tham gia vào việc lựa chọn thực phẩm lành mạnh. Chuẩn bị các bữa ăn và đồ ăn nhẹ với khẩu phần phù hợp cho con, bao gồm ngũ cốc nguyên hạt, chất đạm, trái cây tươi và rau củ.
- Dành thời gian cho con chơi từ 30–60 phút mỗi ngày. Hãy ra ngoài, đi thăng bằng trên vạch, leo cầu trượt, ném bóng...
- Thiết lập thời gian biểu đều đặn, trong đó có giờ đi ngủ sớm.
- Tắt tivi, máy tính, iPad, điện thoại và dành thời gian trò chuyện với con.
- Đưa con đi khám bác sĩ và nha sĩ ít nhất một lần mỗi năm.

### Bang California yêu cầu kiểm tra sức khỏe định kỳ

Trước khi đăng ký cho con vào học, phụ huynh cần cung cấp hồ sơ chứng minh rằng con đã được khám sức khỏe để nhập học:

- Kiểm tra răng miệng gần đây.
- Khám sức khỏe tổng quát gần đây.
- Các mũi tiêm chủng bắt buộc bao gồm: bại liệt, DPT (bạch hầu, ho gà, uốn ván), MMR (sởi, quai bị, rubella), viêm gan B và thủy đậu.



## GIỚI HẠN VIỆC TIẾP XÚC VỚI MÀN HÌNH VÀ THIẾT BỊ ĐIỆN TỬ

**Trải nghiệm học tập tốt nhất của con đến từ việc vui chơi và tương tác thực tế với cha mẹ, người chăm sóc và bạn bè.**

Tuy nhiên, chúng ta cũng đang sống trong một thế giới đầy công nghệ. Con lớn lên cùng với các thiết bị có màn hình như tivi, điện thoại di động, và thấy cha mẹ hoặc người thân thường xuyên sử dụng, nên con sẽ bị thu hút một cách tự nhiên.

Có nhiều bằng chứng rõ ràng cho thấy việc tiếp xúc quá nhiều với màn hình gây ảnh hưởng tiêu cực đến việc học của con. Tiếng ồn từ tivi hay các thiết bị điện tử có thể cản trở việc hình thành thói quen ngủ lành mạnh ở con. Việc xem tivi quá nhiều có liên quan đến tình trạng thừa cân ở trẻ em.

Nếu bạn quyết định cho con xem tivi hoặc chơi thiết bị điện tử, hãy giới hạn thời gian tiếp xúc màn hình trong khoảng 1–2 giờ mỗi ngày, hoặc ít hơn. Nghiên cứu cho thấy, khi cha mẹ cùng con xem tivi hoặc sử dụng thiết bị điện tử như một hoạt động tương tác và chia sẻ, các thiết bị có thể trở thành công cụ hỗ trợ học tập và giảm bớt những ảnh hưởng tiêu cực.



## GỢI Ý DÀNH CHO CHA MẸ

### **Giới hạn việc sử dụng thiết bị điện tử và thời gian trước màn hình**

- Làm gương cho con. Hãy đặt điện thoại xuống hoặc tắt máy tính và cùng con trò chuyện trong bữa ăn hoặc kể chuyện trước giờ đi ngủ. Trẻ học bằng cách quan sát hành vi của người lớn.
- Đừng lo nếu con nói “Con chán quá!” Vì cảm giác chán thường giúp trẻ phát triển óc sáng tạo. Dù có thể khó lúc đầu và mất thời gian, nhưng con sẽ tự tìm ra cách chơi và khám phá.
- Hãy đặt giới hạn thời gian xem màn hình để đảm bảo con có đủ thời gian khám phá thế giới thực cùng gia đình và bạn bè.
- Tránh để tivi chạy nền khi không ai xem. Hãy tắt tivi và để con thấy cha mẹ chủ động làm điều đó.
- Hãy cùng tham gia và biến việc xem tivi hay dùng máy tính thành hoạt động tương tác – trò chuyện với con về những gì con đang xem.
- Tránh cho con sử dụng màn hình như một phần trong thói quen trước giờ đi ngủ.
- Hãy chắc chắn rằng chương trình hay trò chơi cha mẹ chọn phù hợp với lứa tuổi và giúp kích thích cả trí não lẫn vận động của con.

# PHÁT TRIỂN NGÔN NGỮ

## Nói điều con muốn!

**Kỹ năng ngôn ngữ cũng chính là kỹ năng tư duy.**

Trẻ càng được nghe nhiều từ và luyện nói thường xuyên thì việc học ở trường sẽ càng hiệu quả hơn.

Ở mẫu giáo, giáo viên sẽ dùng lời nói để mô tả sự vật, suy nghĩ về toán học (ví dụ: lớn hơn, nhỏ hơn, cộng lại, trừ đi) và học các khái niệm như xem giờ hay tuân thủ nội quy lớp học.

Trò chuyện trong bữa ăn, kể chuyện về một ngày của con, chơi trò tưởng tượng với bạn bè và đọc sách đều là những cách tuyệt vời để phát triển ngôn ngữ.



### CON SẴN SÀNG KHI...

- Con nghe và hiểu được ý nghĩa của từ ngữ, câu chuyện và bài hát.
- Con dùng lời nói để diễn đạt suy nghĩ, mong muốn và nhu cầu của mình.
- Con nói rõ ràng để người khác có thể hiểu được.
- Con biết dùng câu đầy đủ và nối các ý lại với nhau để tạo thành câu dài hơn.
- Con có thể đọc hoặc hát các bài đồng dao, bài hát quen thuộc.



## GỢI Ý DÀNH CHO CHA MẸ

### Phát triển ngôn ngữ

- Trò chuyện với con càng nhiều càng tốt. Tận dụng các hoạt động hàng ngày để cùng con trò chuyện. Ví dụ: nói về cảm giác của quần áo khi giặt hoặc màu sắc của rau củ trong siêu thị.
- Đăng ký thẻ thư viện và cùng con đến thư viện mỗi tuần để có nhiều sách lựa chọn. Khi đọc sách, hãy giúp con liên kết nội dung câu chuyện với hình ảnh.
- Đưa việc đọc sách vào thói quen hàng ngày. Hát, chơi và dành ra 10–15 phút mỗi ngày để ngồi đọc và trò chuyện về một cuốn sách cùng con.
- Làm mẫu ngôn ngữ cho con. Hãy trò chuyện với con về nhiều chủ đề khác nhau để con học thêm từ mới.
- Đặt cho con những câu hỏi giúp con miêu tả đồ vật, sự việc hoặc cảm xúc.
- Chơi các trò chơi luyện nghe. Giấu một món đồ nhỏ rồi hướng dẫn con cách tìm ra nó.
- Cùng con chơi trò kể chuyện và khuyến khích con kể chuyện cho cha mẹ nghe.
- Lắng nghe con thật chăm chú khi con nói. Đặt câu hỏi và thể hiện rằng cha mẹ quan tâm đến những gì con đang chia sẻ.
- Cố gắng nói rõ ràng để con nghe được cách phát âm và ý nghĩa của từ.

## XÂY CẦU NỐI CHO TRẺ HỌC HAI NGÔN NGỮ

**Khả năng nói được nhiều hơn một ngôn ngữ sẽ giúp ích cho con trong suốt cuộc đời.** Khi con đang học thêm tiếng Anh, cha mẹ cũng nên tiếp tục hỗ trợ con phát triển ngôn ngữ mẹ đẻ.

Ngôn ngữ mẹ đẻ giúp con trân trọng sự gắn kết với văn hóa của mình, từ đó hình thành bản sắc cá nhân và lòng tự trọng vững chắc. Lòng tự trọng tích cực và bản sắc cá nhân rõ ràng giúp con có những trải nghiệm học tập tốt hơn ở trường và trong suốt cuộc sống.

Hãy sử dụng các gợi ý dành cho cha mẹ trong phần “Nền tảng ngôn ngữ” ở trang 14 để giúp con phát triển kỹ năng trong ngôn ngữ mẹ đẻ. Dù là ngôn ngữ nào, càng biết nhiều từ thì càng tốt cho con. Con sẽ học ngôn ngữ mới nhanh hơn nếu đã có nền tảng kỹ năng nghe và nói vững chắc với ngôn ngữ mẹ đẻ.



### Tìm bạn đồng hành / Trở thành bạn đồng hành

- Hãy tìm cho con một “người bạn đồng hành” nói được cả tiếng mẹ đẻ và tiếng Anh – có thể là anh/chị lớn hơn hoặc một người bạn. Đặc biệt hữu ích nếu con có thể học một số từ tiếng Anh thường dùng trong các trò chơi sân trường như nhảy dây hay đuổi bắt.
- Nếu con đã nói tiếng Anh tốt, hãy khuyến khích con trở thành bạn đồng hành ngôn ngữ cho những bạn nhỏ mới bắt đầu học.



## GỢI Ý DÀNH CHO CHA MẸ

### Xây cầu nối cho trẻ học hai ngôn ngữ

- Việc học một ngôn ngữ mới ở lớp mẫu giáo có thể rất thú vị nhưng cũng khiến con mệt mỏi. Hãy cho con thời gian thư giãn mỗi ngày, suy nghĩ và trò chuyện bằng tiếng mẹ đẻ.
- Tìm hiểu xem con sẽ học gì trong lớp. Nếu con đang học về động vật, cha mẹ có thể đọc truyện hoặc trò chuyện với con về các con vật đó bằng tiếng mẹ đẻ tại nhà.
- Đừng ngạc nhiên nếu con trộn lẫn hai ngôn ngữ khi nói. Đó là một phần bình thường trong quá trình học tập.
- Hãy thường xuyên nói tiếng mẹ đẻ với con. Trẻ học bằng cách được nghe cả hai ngôn ngữ.
- Khuyến khích con tự hào về ngôn ngữ và văn hóa của gia đình. Nhiều khả năng trong lớp con cũng có những bạn đang học tiếng Anh như ngôn ngữ thứ hai.

# HỌC TẬP SỚM

## ABC và 123!

**Mẫu giáo là giai đoạn con phát triển và trưởng thành rất nhiều.**

Ở lớp mẫu giáo, con học mỗi ngày thông qua vui chơi và nhiều hoạt động thú vị. Có thể cha mẹ đang thắc mắc việc học tập sớm ở lớp mẫu giáo sẽ như thế nào.

Trong năm học mẫu giáo, con sẽ dần biết đọc và bắt đầu viết được những câu đơn giản. Giáo viên mẫu giáo hiểu rằng mỗi con có thể mạnh riêng. Thông qua các hoạt động học tập đa dạng, tất cả trẻ đều được hỗ trợ học đọc, viết, cộng và trừ vào cuối năm học.

Cha mẹ có thể giúp con sẵn sàng vào tiểu học bằng cách chơi các trò chơi cùng con. Học chữ cái, số đếm, màu sắc, hình dạng và cách giải quyết vấn đề qua trò chơi là cách học dễ dàng và vui vẻ.



### Con đã sẵn sàng khi...

- Con biết các chữ cái trong bảng chữ cái và có thể viết tên của mình.
- Con đếm đúng 10 đồ vật (ví dụ: đặt 10 khối gỗ vào giỏ).
- Con biết các từ vần nhau – ví dụ: đa, ra, đào, vào.
- Con biết cách sử dụng sách – biết bắt đầu từ đâu, lật trang như thế nào.
- Con nhận biết được màu sắc và hình dạng (ví dụ: đỏ, vàng, xanh... hình tròn, hình vuông, hình tam giác).



## GỢI Ý DÀNH CHO CHA MẸ

### Học tập sớm

- Trẻ học thông qua chơi đùa. Hãy tìm cách để lồng ghép việc học vào các trò chơi cùng con.
- Chỉ cho con thấy chữ cái và con số ở những nơi quen thuộc như trên hộp ngũ cốc, biển hiệu cửa hàng và trong sách.
- Cùng con tìm các hình dạng. Ví dụ: cửa sổ là hình chữ nhật, đồng xu vẽ thành hình tròn.
- Giúp con học cách phân loại, ghép cặp và so sánh. Cha mẹ có thể bình luận về màu sắc, chất liệu và kích thước.
- Hát cùng con và chơi các trò chơi vần điệu. Bài ca đồng dao là cách tuyệt vời để rèn luyện kỹ năng toán học, học từ mới và tăng khả năng ghi nhớ.
- Dạy con đếm số ở nhà và khi đi mua sắm. Có bao nhiêu chỗ ngồi ở bàn ăn? Bao nhiêu bước đến phòng ngủ? Tìm 5 quả táo đỏ, 6 củ hành vàng.
- Đếm các món hàng trong xe đẩy. Hỏi con: Mình có thể ra quầy thanh toán nếu có dưới 8 món không, hay mình có nhiều hơn thế?
- Luôn khích lệ con. Trẻ tự tin sẽ học đọc và viết dễ dàng hơn.
- Để bút chì, bút màu và giấy ở nơi con có thể dễ dàng lấy được.

## NHỮNG NỀN TẢNG – HỢP TÁC VỚI NHÀ TRƯỜNG

**Hãy nhớ rằng việc chuẩn bị cho con đến trường chỉ là khởi đầu cho một hành trình tuyệt vời! Cha mẹ là người thầy đầu tiên và quan trọng nhất của trẻ. Cha mẹ đóng vai trò then chốt trong thành công của con tại trường.**

Giáo dục là sự hợp tác giữa cha mẹ, giáo viên và trẻ. Có rất nhiều cách để cha mẹ có thể hỗ trợ con.

### GỢI Ý CHO CHA MẸ KHI Ở NHÀ

- Đặt câu hỏi về ngày của con để cho con trả lời nhiều hơn là chỉ “có” hoặc “không”. Hôm nay con nói gì trong giờ sinh hoạt vòng tròn? Con chơi với ai giờ ra chơi? Điều gì vui nhất xảy ra hôm nay?
- Sắp xếp lịch sinh hoạt gia đình để hỗ trợ việc làm bài tập ở nhà. Trao đổi với giáo viên nếu con mất hơn 10–15 phút mỗi ngày để làm bài hoặc cảm thấy quá áp lực và mệt mỏi.
- Đọc sách to cùng con mỗi ngày.
- Đọc kỹ các thông báo từ giáo viên, hoàn thành và nộp lại đầy đủ giấy tờ cần thiết cho trường.
- Hướng dẫn con tuân thủ nội quy lớp học và trường học. Nếu có điều gì chưa rõ, hãy hỏi giáo viên.
- Đừng quên “nhiên liệu” quan trọng cho việc học: bữa ăn lành mạnh, đi ngủ sớm và thời gian chơi đầy đủ.

### GỢI Ý CHO CHA MẸ KHI Ở TRƯỜNG

- Giới thiệu bản thân với giáo viên của con và thường xuyên liên lạc. Hỏi giáo viên về tình hình học tập của con và xem cha mẹ có thể hỗ trợ gì.
- Nếu con có nhu cầu đặc biệt hoặc đang theo kế hoạch giáo dục cá nhân (IEP), hãy đề nghị buổi họp với trường để trao đổi về môi trường học mới. Việc chia sẻ thông tin về con sẽ giúp năm học mới của con bắt đầu suôn sẻ hơn.



## GỢI Ý CHO CHA MẸ KHI Ở TRƯỜNG (tiếp theo)

- Trao đổi với giáo viên của con về cách cha mẹ có thể chia sẻ văn hóa gia đình tại trường.
- Làm quen với các bạn trong lớp của con và phụ huynh của các bạn ấy.
- Tham dự các buổi họp giữa phụ huynh và giáo viên. Trường có thể cung cấp phiên dịch nếu phụ huynh muốn trao đổi bằng tiếng mẹ đẻ.



## GỢI Ý VỀ AN TOÀN CHO CON TẠI TRƯỜNG

- Ghi thông tin liên lạc và thông tin khẩn cấp vào bên trong ba lô của con.
- Để đảm bảo an toàn, hãy chắc chắn con nhớ được những thông tin cơ bản sau: Họ và tên đầy đủ.
- Họ và tên đầy đủ của cha mẹ.
- Ai sẽ đến đón con sau giờ học.
- Con có bị dị ứng thực phẩm nào không và cần tránh những món ăn gì.
- Nếu người lạ tiếp cận, con nên tránh xa và tìm một người lớn quen biết.
- Cách tìm đến lớp học, nhà vệ sinh và văn phòng của trường.



## CON TÔI ĐÃ SẴN SÀNG CHƯA?

### Cha mẹ là người hiểu con mình nhất.

Trẻ phát triển với tốc độ khác nhau. Việc con chậm ở một kỹ năng nào đó không có nghĩa là con chưa sẵn sàng vào mẫu giáo. Những kỹ năng sẵn sàng vào mẫu giáo là những cột mốc giúp con chuẩn bị tốt hơn cho một khởi đầu học tập thành công.

- Lập danh sách những việc con làm tốt nhất, sau đó lập thêm danh sách những lĩnh vực phụ huynh nghĩ con cần cải thiện.
- Nếu con đang học mẫu giáo, hãy trao đổi với giáo viên của con.
- Có thể có những điều đơn giản bạn có thể hỗ trợ con ngay tại nhà.
- Hãy hỏi xin lời khuyên từ giáo viên hoặc chuyên gia.

Ngoài ra, hãy tin vào trực giác của bạn.

- Cha mẹ thường là người đầu tiên nhận ra nếu con mình đang gặp khó khăn. Nếu phụ huynh cảm thấy sự phát triển của con khác biệt nhiều so với các bạn cùng tuổi, hãy trao đổi những lo lắng đó với bác sĩ của con.
- Phụ huynh cũng có thể liên hệ với phòng giáo dục địa phương để yêu cầu đánh giá phát triển cho con vào bất cứ lúc nào sau khi con tròn 3 tuổi.



## TRAO ĐỔI VỚI BÁC SĨ CỦA CON NẾU CHA MẸ LO LẮNG VỀ NHỮNG ĐIỀU SAU ĐÂY:

- Cơn giận dữ (ăn vạ) xảy ra thường xuyên, dữ dội và/hoặc kéo dài.
- Gặp khó khăn trong việc ghi nhớ trình tự như các con số, bảng chữ cái hoặc các ngày trong tuần.
- Khó thích nghi với thay đổi trong thói quen hàng ngày, hoặc khi chuyển từ thời gian chơi sang thời gian yên tĩnh.
- Phát âm các từ đơn giản không rõ ràng. Người ngoài gia đình gặp khó khăn trong việc hiểu lời con nói.
- Tổ ra thu mình hoặc không hứng thú trong việc tương tác với bạn bè hay tham gia các hoạt động thường nhật.
- Khó khăn trong việc cầm bút chì hoặc bút màu, hoặc sao chép các hình dạng cơ bản.
- Không tập trung khi chơi với bạn, chơi trò chơi hoặc tham gia các hoạt động khác.
- Vụng về khi phối hợp cơ thể như nhảy lò cò hay giữ thăng bằng bằng một chân.
- Khó nghe, phản hồi lời nói của người khác hoặc khó hiểu khi người khác đang nói chuyện.
- Vốn từ vựng quá ít.
- Hành vi quá mức hung hăng.

*\* Lưu ý: Trẻ phát triển với tốc độ khác nhau và nhiều trẻ có thể có một số hành vi như trên. Hãy theo dõi xem liệu cha mẹ có lo lắng về hành vi của con mọi lúc hay chỉ trong một số tình huống cụ thể. Nếu phụ huynh lo ngại về sự phát triển của con, hãy trao đổi với bác sĩ.*

# ĐẾM NGƯỢC ĐẾN NGÀY VÀO MẪU GIÁO

## Tháng 9

- Bắt đầu trò chuyện với con về việc chuẩn bị đi học mẫu giáo.
- Trao đổi với giáo viên mầm non của con về các mục tiêu sẵn sàng vào lớp mẫu giáo.
- Bắt đầu rèn luyện các kỹ năng mới tại nhà thông qua chơi và trò chuyện.

---

## Tháng 10 đến tháng 1

- Nói chuyện với giáo viên hoặc bác sĩ của con về sự phát triển và kết quả sàng lọc nếu có.
- Tìm hiểu về các trường tiểu học công lập và tư thục trong khu vực. Nhiều trường có tổ chức tham quan vào mùa thu/đông và yêu cầu nộp đơn.

---

## Tháng 1 đến tháng 2

- Tìm hiểu và tham dự các buổi giới thiệu thông tin về trường mẫu giáo. Các sự kiện giới thiệu về trường mẫu giáo và mẫu giáo chuyển tiếp (TK) thường được tổ chức tại mỗi khu học chính.

---

## Tháng 3 đến tháng 6

- Thường xuyên đưa con đến thư viện và đọc sách về việc đến trường mẫu giáo.
- Hỗ trợ con rèn luyện tự lập trong các kỹ năng tự chăm sóc (đi vệ sinh, rửa tay, mặc và cởi áo khoác, v.v.).
- Đăng ký nhập học! Liên hệ trường học của con để biết thông tin đăng ký.
- Đưa con đi khám bác sĩ và nha sĩ.

---

## Tháng 6 đến tháng 8

- Tham gia các hoạt động miễn phí tại thư viện địa phương như giờ kể chuyện. Đăng ký chương trình đọc sách mùa hè.
- Trò chuyện với con về một ngày đi học bình thường sẽ như thế nào.
- Thiết lập thói quen đi ngủ đúng giờ.
- Luyện tập các thói quen giúp con đến trường đúng giờ như đi ngủ sớm và dậy sớm.

---

## Tháng 8 đến tháng 9

**CHÀO MỪNG CON BƯỚC VÀO MẪU GIÁO!**

# NHỮNG HOẠT ĐỘNG MÀ MỌI TRẺ EM TRONG CỘNG ĐỒNG NÊN TRẢI NGHIỆM TRƯỚC KHI VÀO MẪU GIÁO

## 1. Chương trình Kid Builders của First 5 Quận Cam

Kid Builders là một cách dễ dàng để giúp con phát triển ở 6 lĩnh vực: tư duy, ngôn ngữ, cơ thể, các mối quan hệ, an toàn và sức khỏe. Tất cả đều quan trọng để con khỏe mạnh và sẵn sàng thành công ở trường và trong cuộc sống! Việc học tập và phát triển sẽ trở nên thú vị thông qua các hoạt động và thông tin từ chương trình Kid Builders.

Nếu phụ huynh đang tìm cách đơn giản để giúp con phát triển kỹ năng, hãy thử các hoạt động Kid Builders tại trang web: [first5oc.org/kid-builders](http://first5oc.org/kid-builders).

## 2. Tham quan một trung tâm Learning Link gần nhà

Hãy giúp con học hỏi và phát triển thông qua việc chơi tại trung tâm Learning Link! Đây là chương trình dành cho trẻ từ sơ sinh đến 5 tuổi cùng với cha mẹ hoặc người chăm sóc. Learning Link là nơi tuyệt vời để con gặp gỡ bạn bè và cơ hội để cha mẹ học thêm cách chơi cùng con với sự hỗ trợ của giáo viên mầm non có chuyên môn.

Để biết thêm thông tin về các trung tâm Learning Link gần bạn (bao gồm địa chỉ và giờ hoạt động), hãy truy cập vào bản đồ tại trang: [first5oc.org/resources/learning-link](http://first5oc.org/resources/learning-link).

## 3. Làm thẻ thư viện

Hãy đến thư viện công cộng gần nhà – tham gia các giờ đọc truyện nhóm, xem múa rối, và quan trọng nhất là mượn sách để cùng đọc với con!

## 4. Chuẩn bị buổi dã ngoại và chơi ở công viên gần nhà

Hãy mang theo các hộp đựng với đủ kích cỡ và hình dạng để cùng con tạo hình cát. Hãy để trí tưởng tượng bay xa!

## 5. Tham quan viện bảo tàng gần nhà

Đặt những câu hỏi mở như:

Con nhìn thấy gì? Điều đó khiến con nhớ đến điều gì? Con nghĩ bức tranh đang kể câu chuyện gì? Những màu sắc (tranh vẽ, tượng, búp bê...) này khiến con cảm thấy như thế nào?

## GHI CHÚ...

## Chỉ số Phát triển Sớm của Quận Orange

Chỉ số Phát triển Sớm (EDI) đánh giá sự phát triển của trẻ nhỏ trong 5 lĩnh vực chính:

- sức khỏe thể chất
- năng lực xã hội
- sự trưởng thành về cảm xúc
- phát triển ngôn ngữ và nhận thức
- kỹ năng giao tiếp và kiến thức chung

First 5 Quận Orange hợp tác với 25 học khu trong quận để thu thập dữ liệu EDI, và với Trung tâm UCLA về Trẻ em, Gia đình và Cộng đồng Khỏe mạnh để phân tích dữ liệu. Mục tiêu của chúng tôi là hiểu rõ hơn cách cộng đồng đang đồng hành cùng trẻ để giúp các con sẵn sàng bước vào trường học và cuộc sống. Dữ liệu EDI đang hỗ trợ các nhà hoạch định chính sách, tổ chức cộng đồng, nhà giáo dục, học khu và các tổ chức bảo vệ trẻ em xác định những chương trình và chính sách hiệu quả, phát hiện những khu vực còn thiếu thốn, và hợp tác để đảm bảo mọi trẻ em đều nhận được hỗ trợ cần thiết.

Dữ liệu EDI cũng là nền tảng để khuyến khích các gia đình tham gia trao đổi về những mục tiêu mà họ mong muốn đạt được cho con cái và cộng đồng của mình.

**Để tìm hiểu thêm, hãy truy cập [first5oc.org/resources/edi/](https://first5oc.org/resources/edi/)**