

**VIỆN KHOA HỌC GIÁO DỤC VIỆT NAM**  
**DỰ ÁN CAN THIỆP SỚM TRẺ KHUYẾT TẬT DỰA VÀO GIA ĐÌNH**  
**Huyện Bắc Quang, Tỉnh Hà Giang**

**CAN THIỆP SỚM**  
**TRẺ CHẬM PHÁT TRIỂN TRÍ TUỆ**

*ThS Đào Thị Thu Thủy*

Hà Nội - 2008

## MỤC LỤC

<b>TRẺ CHẬM PHÁT TRIỂN TRÍ TUỆ .....</b>	<b>3</b>
<b>PHÁT TRIỂN CÁC KỸ NĂNG ĐẶC THÙ CHO TRẺ CPTTT .....</b>	<b>6</b>
<b>PHÁT TRIỂN CÁC GIÁC QUAN.....</b>	<b>6</b>
PHÁT TRIỂN THỊ GIÁC (KHẢ NĂNG NHÌN).....	6
PHÁT TRIỂN THÍNH GIÁC (KHẢ NĂNG NGHE).....	9
PHÁT TRIỂN CÁC CƠ QUAN XÚC GIÁC.....	11
PHÁT TRIỂN VỊ GIÁC (KHẢ NĂNG CẢM NHẬN QUA LƯỖI).....	14
PHÁT TRIỂN KHỨU GIÁC (KHẢ NĂNG PHÂN BIỆT MÙI) .....	14
<b>PHÁT TRIỂN VẬN ĐỘNG .....</b>	<b>16</b>
NHÓM BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG THÔ.....	16
NHÓM BÀI TẬP PHÁT TRIỂN VẬN ĐỘNG TINH.....	23
<b>PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG NGÔN NGỮ GIAO TIẾP.....</b>	<b>26</b>
NHÓM BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG GIAO TIẾP SỚM .....	26
NHÓM BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KHẢ NĂNG HIỂU NGÔN NGỮ' .....	38
NHÓM BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KHẢ NĂNG DIỄN ĐẠT NGÔN NGỮ' .....	40
<b>PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG TỰ LẬP.....</b>	<b>42</b>
MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG SỐNG TỰ LẬP .....	42
<b>MỘT SỐ ĐIỀU BẠN CẦN BIẾT .....</b>	<b>48</b>

## **TRẺ CHẬM PHÁT TRIỂN TRÍ TUỆ**

Trẻ CPTTT là những trẻ bị suy giảm nhiều hay ít năng lực hoạt động nhận thức dẫn đến:

Không thích nghi được với xã hội;

Có trí thông minh thấp hơn mức bình thường;

Chỉ đạt được mức độ nhất định và không có khả năng phát triển cao hơn nữa;

Mức độ phát triển tùy thuộc phát triển thể chất;

Khả năng chữa trị không cao.

### **Trẻ CPTTT thường có những dấu hiệu sau**

#### **Biểu hiện qua hình dáng, thể chất**

- Một số trẻ khi sinh ra có tướng mạo không bình thường như khoảng cách hai mắt rộng, khi khóc hai mắt xéch lên, mũi tẹt, miệng hay há, lưỡi thè ra ngoài.
- Sau 6 tháng tuổi vòng đầu vẫn nhỏ hơn 43 cm, trán hẹp, thấp, chần đầu dẹt, đôi khi
- co giật.
- Sau khi sinh trẻ không khóc ngay hoặc khóc rất yếu, da tím tái và cơ thể mềm nhẽo.
- Trẻ gặp khó khăn trong ăn uống như bú, mút, nuốt và nhai, hay bị sặc hoặc nghẹn.

- Trẻ 6 tháng tuổi vẫn lặng lẽ, lạnh, không quấy khóc, ít cử động, tiếng khóc yếu hoặc hay gào thét.

#### **Biểu hiện qua vận động**

- Khi ta bế trẻ lên người, trẻ duỗi đờ, quá mềm, hoặc quá cứng không có phản xạ co người lại.
- Có trẻ sau 7 tháng tuổi vẫn chưa xuất hiện những động tác nhai.
- Khi ta giúp trẻ đứng lên, hai chân trẻ luôn trong trạng thái bị bắt chéo nhau.
- Trẻ chậm biết đi
- Vận động chân tay lỏng ngóng, không khéo léo

#### **Biểu hiện qua nhận thức**

- Trẻ quá lạnh, nằm ngủ suốt ngày.
- Trẻ 5 tháng tuổi mà hoàn toàn chưa có những phản ứng muốn nhận biết thế giới xung quanh. Dường như trẻ rất thờ ơ, không muốn tìm tòi khám phá.
- Trẻ không chú ý đến người và vật thể ở xung quanh, phản ứng chậm.
- Khi đi học trẻ thường học, nhớ mặt chữ chậm và đếm số rất khó khăn.

#### **Biểu hiện qua ngôn ngữ - giao tiếp**

- Trẻ 3 tháng tuổi mà vẫn không biết mỉm cười khi được mẹ đùa, nói nựng.
- Trẻ 4 tháng tuổi nhưng vẫn không có phản ứng với tiếng kêu của chuông, xúc sắc...
- Trẻ học nói muộn hơn, nói câu đơn giản hoặc từ ngữ nghèo nàn.
- Ngôn ngữ nói của trẻ rời rạc, diễn đạt mong muốn của mình không rõ ý.
- Khả năng hiểu ngôn ngữ của trẻ kém hơn những trẻ khác cùng độ tuổi

### **Biểu hiện qua vui chơi**

- Trẻ 6 tháng tuổi nhưng vẫn chưa biết chăm chú nhìn hai bàn tay của mình, không biết đưa mắt dõi theo vật hoặc người khác.
- Sau 6 tháng và 12 tháng tuổi vẫn hay nghịch tay của mình hoặc thường xuyên đưa đồ vật, đồ chơi vào miệng.
- Lớn hơn một chút trẻ không biết chơi mà thường chỉ ném, đập, phá đồ chơi.
- Trẻ ít chơi với trẻ khác và thường thiếu tính hợp tác trong khi chơi.

# PHÁT TRIỂN CÁC KỸ NĂNG ĐẶC THÙ CHO TRẺ CPTTT

## PHÁT TRIỂN CÁC GIÁC QUAN TẠI SAO PHẢI PHÁT TRIỂN CHỨC NĂNG GIÁC QUAN ?

Trẻ em có thể học hỏi qua nhiều con đường khác nhau như: Trẻ học thông qua các hoạt động với đồ vật, hoạt động vui chơi; Trẻ học bằng cách tự tìm tòi khám phá và cố gắng nhận thức thế giới xung quanh; Trẻ học hỏi thông qua kinh nghiệm sống hàng ngày. Bên cạnh đó trẻ còn học thông qua các giác quan. Như vậy, các giác quan có vai trò rất lớn đối với việc phục hồi, hình thành và phát triển các chức năng trí tuệ của trẻ em nói chung và trẻ CPTTT nói riêng. Mặt khác việc phát triển các giác quan là một trong những nội dung giáo dục quan trọng trong giáo dục đặc biệt bởi ngay từ khi trẻ sinh ra trẻ cảm nhận thế giới thông qua việc tri giác thế giới xung quanh bằng tất cả các giác quan như sờ nắn, nhìn, nghe, ngửi, nếm. Do vậy, sự hình thành và phát triển khả năng đa dạng ở trẻ CPTTT là tiền đề cho hoạt động nhận thức và tạo những điều kiện căn bản cho trẻ có thể phát triển được những tố chất khác.

### PHÁT TRIỂN THỊ GIÁC (KHẢ NĂNG NHÌN)

Gần như 80% kiến thức về thế giới xung quanh được con người tiếp nhận thông qua đôi mắt. Do vậy việc phát triển khả năng nhìn sẽ giúp trẻ thu nhận được nhiều kiến thức xung quanh hơn. Vậy muốn phát triển khả năng nhìn cần:

- Cho trẻ nhìn xa (điều tiết mắt) cho biết kết quả số vật thể nhìn được.
- Cho trẻ nhìn gần (điều tiết mắt) cho biết kết quả số vật thể nhìn được.
- Cho trẻ nhìn qua ống nhòm, ô nhỏ... cho biết kết quả số vật thể nhìn được.
- Cho trẻ quan sát quang cảnh, cho biết số vật thể nhìn được

- Cắt bức tranh thành nhiều mảnh và ghép lại như cũ.

## MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KHẢ NĂNG NHÌN

### **Bài tập 1: Phân biệt màu sắc**

**Mục đích:** Luyện khả năng quan sát phân biệt màu sắc

**Cách hướng dẫn:**

- Lựa chọn 1 màu sắc định dạy cho trẻ, ví dụ màu xanh.
- Hình thành khái niệm màu xanh cho trẻ bằng cách cho trẻ được quan sát nhiều đồ vật có màu xanh như: túm vải, khối gỗ, bút màu... đồng thời nói cho trẻ biết vật đó màu xanh, ví dụ “đâu là một vòng tròn màu xanh”
- Cho trẻ tìm/ nhặt đồ vật màu xanh trong nhóm đồ vật có 2 – 3 màu khác.
- Củng cố tên màu sắc được học qua các hoạt động vui chơi hay hoạt động sinh hoạt hàng ngày, nên sử dụng những màu sắc có trong thiên nhiên, ví dụ dạy trẻ màu xanh cần cho trẻ biết hoa cỏ, lá cây... có màu xanh.

### **Bài tập 2: Phân biệt kích cỡ**

**Mục đích:** Luyện khả năng quan sát phân biệt đúng kích cỡ

**Cách hướng dẫn:**

- Đo kích cỡ các đồ vật bằng cách xếp chồng lên nhau để tìm vật to hơn, ví dụ chồng cốc, bát...
- Đo quyển sách và quyển vở để phân biệt quyển nào to hơn.
- Đo chiều dài của đoạn dây để phân biệt dây nào dài hơn, dây nào ngắn hơn...

### **Bài tập 3: Tìm những chi tiết trong tranh**

**Mục đích bài tập:** Luyện khả năng quan sát tìm đúng chi tiết theo yêu cầu

#### **Cách hướng dẫn:**

- Tìm hình trong bức tranh, ví dụ tìm và chỉ cho cô con thỏ, con mèo...
- Tìm những nét còn thiếu trong bức tranh
- Tìm những nét thừa trong bức tranh
- Chơi trò “cái gì biến mất”...

### **Bài tập 4: Cặp đôi giống nhau**

**Mục đích bài tập:** Quan sát tìm những cặp tranh giống nhau

#### **Cách hướng dẫn:**

- Dùng tranh lô tô có 2 hình giống nhau: 2 con mèo, 2 con chó, 2 cái ca..., yêu cầu trẻ tìm ra những bức tranh giống nhau.
- Tương tự chuẩn bị 1 số ca giống nhau, 1 số thìa, 1 số bát... yêu cầu trẻ tìm ra những cặp ca, cốc, thìa, bát giống nhau.

### **Bài tập 5: Tìm cái sai**

**Mục đích bài tập:** Luyện khả năng quan sát tìm chi tiết trong tranh

#### **Cách hướng dẫn:**

- Cho trẻ quan sát bức tranh để tìm ra những chỗ sai trong tranh vẽ, ví dụ: bánh xe bị méo, con thỏ có tai giống con mèo, con ngựa không có đuôi... Nếu trẻ tìm ra được giúp trẻ nói ra được cái sai và hướng dẫn trẻ sửa lại cho đúng.
- Hướng dẫn và gợi ý cho trẻ tìm ra được các chỗ sai, nếu trẻ không kiên trì hoặc nôn nóng cần động viên trẻ.

## PHÁT TRIỂN THÍNH GIÁC (KHẢ NĂNG NGHE)

Những âm thanh trẻ nghe được sẽ quyết định về sắc thái tình cảm của trẻ trong các tình huống. Phát triển thính giác sẽ giúp trẻ học ngôn ngữ nói tốt hơn. Do vậy, phát triển thính giác cần:

- Nghe nói thầm khoảng cách 1/2 m rồi tăng khoảng cách cho xa dần và trả lời khi nghe tín hiệu
- Nghe nói to khoảng cách 5 m và trả lời sau khi nghe tín hiệu.
- Luyện nghe tiếng động to, nhỏ khác nhau (chuẩn bị vỏ lon bia; 10 chiếc), trong lon đựng sỏi, cát để gây tiếng động khác nhau. Tập nghe để phân biệt cường độ âm thanh.
- Tập nghe và phân biệt tiếng động: tiếng người, tiếng động vật, động cơ, âm nhạc... (cho nghe âm thanh ở môi trường trẻ sống)
- Luyện nghe và phân biệt âm thanh âm nhạc (dùng nhạc cụ hay băng nhạc)
- Luyện nghe và các âm thanh khác nhau

## MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KHẢ NĂNG NGHE

### Bài tập 1: Đi tìm tiếng chuông

Mục đích bài tập: Luyện khả năng định hướng các âm thanh

Cách hướng dẫn:

Lấy một chiếc khăn bịt mắt trẻ lại. Bạn có thể đứng cuối phòng rung chuông và yêu cầu trẻ di chuyển về hướng có tiếng chuông rung. Chiếc khăn bịt mắt sẽ giúp trẻ phải huy động khả năng nghe để định hướng tiếng chuông kêu tìm ra âm thanh.

## **Bài tập 2: Đoán âm thanh**

**Mục đích bài tập:** Phân biệt âm thanh khác nhau

**Cách hướng dẫn:**

- Nghe để phát hiện âm thanh: Gõ trống, thổi còi,... sau lưng trẻ để trẻ phát hiện có hay không có âm thanh.
- Nghe phân biệt âm thanh: Luyện tập nghe với nhiều nguồn âm khác nhau (trống, còi, gõ bàn,...) sau đó cho trẻ phát hiện nguồn âm.
- Nghe phân biệt độ lớn, độ dài của âm thanh: Dùng một nguồn âm để luyện: đánh trống to, nhỏ, dài, ngắn khác nhau để trẻ tập phân

## **Bài tập 3: Đọc các bài thơ truyện**

**Mục đích bài tập:** Luyện khả năng lắng nghe

**Cách hướng dẫn:**

Bạn hãy lựa chọn những bài thơ, câu chuyện đơn giản, ngắn gọn để đọc cho trẻ nghe, khi trẻ nghe xong cần hỏi lại trẻ những thông tin trong bài thơ, câu chuyện đó, ví dụ:

- Cô vừa đọc cho con nghe chuyện gì?
- Trong chuyện có những ai?
- Ai đang làm gì?...

## **Bài tập 4: Cho trẻ nghe nhạc**

**Mục đích:** Luyện khả năng lắng nghe

**Cách hướng dẫn:**



- Lựa chọn những bài hát hay cho trẻ nghe
- Nghe những bản nhạc êm dịu, những bài hát thiếu nhi
- Nghe những bài hát ru

## **Bài tập 5: Phân biệt tiếng nói**

**Mục đích:** Phân biệt các tiếng nói khác nhau

**Cách hướng dẫn:**

- Nghe phát hiện tiếng nói: Nói to một tiếng to sau lưng trẻ, trẻ cần phát hiện khi nào có tiếng nói, khi nào không.

- Nghe phân biệt tiếng nói to nhỏ: Nói với độ lớn khác nhau, độ dài khác nhau để trẻ phân biệt.

## **PHÁT TRIỂN CÁC CƠ QUAN XÚC GIÁC**

Muốn xúc giác của trẻ nhanh nhạy và phản ứng linh hoạt cần có sự rèn luyện. Dưới đây là một số bài tập gợi ý:

- Luyện về cảm giác nhiệt độ: nóng, lạnh,
- Luyện về cảm giác cơ học: đau, buốt
- Phát triển khả năng thụ cảm: ở các môi trường qua da
- Sờ vào vật có nhiệt độ - cho nhận xét
- Sờ vào vật có nhiệt độ bình thường, nước đá - cho nhận xét
- Nhận biết các cảm giác thoải mái, đau đớn khi da bị tác động của môi trường

## **MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN XÚC GIÁC**

### **Bài tập 1: Khám phá trọng lượng**

**Mục đích:** Phân biệt trọng lượng qua cảm nắm.

**Cách hướng dẫn**

- Cho trẻ nắm một lon trái cây, một lon rau củ hay các sản phẩm đóng gói khác. Yêu cầu, bỏ non nặng nhất (hay nhẹ nhất) xuống.

- Luyện bằng những non có kích thước bằng nhau nhưng có trọng lượng khác nhau.

## **Bài tập 2. Đoán vui**

**Mục đích:** cảm nhận những ngón tay viết trên da

### **Cách hướng dẫn**

- Yêu cầu trẻ nhắm mắt lại, xoè tay ra
- Bạn lấy ngón tay trỏ của mình viết chữ hoặc viết số lên tay trẻ hỏi trẻ bạn đã viết gì?
- Có thể yêu cầu trẻ nhắm mắt lại bạn sờ vào một bộ phận nào đó trên cơ thể trẻ và hỏi bạn đã sờ vào bộ phận nào.

## **Bài tập 3: Chọn vải**

**Mục đích:** Trẻ phân biệt cảm nhận được 1 số mặt vải: vải cứng, vải mềm...

### **Cách hướng dẫn**

- Hãy sưu tầm những mảnh vải vụn có chất liệu khác nhau (vải nỉ, lụa, xa tanh, bông...) và cắt mỗi loại thành 2 hình vuông.
- Bịt mắt trẻ và bảo trẻ tìm những cặp vải giống nhau bằng cách sử dụng các ngón của bàn tay sờ và cảm nhận.

Lưu ý: Khi yêu cầu trẻ thực hiện bài tập này cần lựa chọn những cặp vải có độ mềm và cứng rõ nét để trẻ dễ dàng phân biệt được.

## **Bài 4: Nghịch nước**

**Mục đích:** Luyện cảm nhận qua da thấy được làn nước rất mát

### **Cách hướng dẫn**

Lấy chậu rửa sạch và đổ đầy nước. Chuẩn bị một số đồ chơi có thể nổi trên mặt nước như: con vịt, cái thuyền... để cho trẻ chơi với những đồ chơi đó.

## **Bài 5: Nghịch cát**

**Mục đích:** Luyện cảm nhận qua da

### **Cách hướng dẫn**

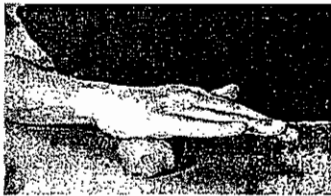
Lấy rây rây qua cát, sau đó bỏ vào chậu rửa sạch rồi lọc giữ cho vừa ẩm đem phơi nắng để diệt vi khuẩn rồi mới cho trẻ chơi. Trong hộp đựng cát để cái thùng bé, xẻng bé hoặc cái rây. Hướng dẫn trẻ xúc cát, vẩy cát, đắp núi...

## **Bài 6: Nặn đất sét**

**Mục đích:** Phát triển xúc giác

### **Cách hướng dẫn**

- Chuẩn bị đất nặn
- Cách chơi



- Lăn đất sét



- Lăn đất thành sợi dài



- Bóp đất sét



- Se đất sét trong tay

## PHÁT TRIỂN VỊ GIÁC (KHẢ NĂNG CẢM NHẬN QUA LƯỠI)

Hướng dẫn trẻ biết có bốn cảm quan vị giác khác nhau: ngọt, chua, mặn và đắng. Cần hướng dẫn trẻ nếm bằng lưỡi và sử dụng một số từ vựng để miêu tả: ướt, khô, giòn, xốp, mềm, cứng, dai, cay, lạnh, nóng... Như vậy, muốn trẻ có khả năng cảm nhận vị giác tốt cần:

- Luyện khả năng phân biệt các vị chua, cay đắng, ngọt hạt, mặn... cho trẻ nếm các vị và nêu cảm giác

- Luyện phát triển cơ lưỡi, vận động linh hoạt: đưa lưỡi ra, rút lại, đưa lưỡi sang phải, sang trái, đưa lưỡi di chuyển từ răng cửa hàm trên đến ngạc mềm và từ răng cửa hàm dưới xuống lợi (cử động làm cong lưỡi)

## MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN VỊ GIÁC

### Bài tập 1: Lựa chọn thực phẩm

Mục đích: Nếm phân biệt mùi vị một số thực phẩm

#### Cách hướng dẫn:

Lựa chọn một số loại thực phẩm sau: quả chanh (vị chua), đường (vị ngọt), muối (vị mặn)... cho trẻ nếm và nói vị của thực phẩm đó.

### Bài tập 2: Phân loại món ăn có vị giống nhau

Mục đích: Phân biệt được vị thức ăn

#### Cách hướng dẫn:

Lựa chọn một số món ăn có vị chua (quả chanh, quả nhót...), có vị ngọt (đường, kẹo...), cho trẻ tìm những thức ăn có vị giống nhau.

## PHÁT TRIỂN KHỨU GIÁC (KHẢ NĂNG PHÂN BIỆT MÙI)

Muốn phát triển khả năng cảm nhận thông qua mũi cho trẻ cần thực hiện các bài tập sau:

- Luyện khả năng phân biệt mùi ví dụ các mùi thơm, hôi...

- Luyện thở bằng mũi: hít không khí vào mũi và thở ra bằng mồm

- Luyện tập phát hiện mùi vị ở môi trường sống (vườn hoa, vườn cảnh, cây cối quanh nhà có mùi thơm...).

## MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KHUẾ GIÁC

### **Bài tập 1: Xác định thức ăn bằng mũi**

**Mục đích:** Sử dụng mũi để phân biệt thức ăn.

**Cách hướng dẫn:**

- Chuẩn bị một số thức ăn có mùi khác nhau: mùi tanh của cá, mùi thơm của mít hoặc dứa...

- Yêu cầu trẻ nhắm mắt lại xác định thức ăn bằng mũi

### **Bài tập 2: Xác định mùi trong phòng**

**Mục đích:** Tìm được vị trí của mùi thơm trong phòng

**Cách hướng dẫn:**

Dẫn trẻ đi quanh phòng và hỏi xem trong phòng có mùi gì (mùi hoa, mùi xà bông, mùi nước hoa...)

### **Bài tập 3: Ngửi phân biệt một số mùi.**

**Mục đích:** Phân biệt một số mùi quen thuộc

**Cách hướng dẫn:**

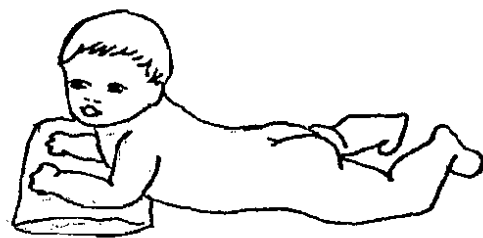
Cho trẻ ngửi một số vận dụng trong nhà tắm: xà bông, kem đánh răng, khăn giấy...

Tận dụng các cơ hội để chỉ cho trẻ thấy hàng loạt mùi thơm xung quanh trẻ: cỏ, cây, hoa, lá, mùi vị thức ăn...

## PHÁT TRIỂN VẬN ĐỘNG TẠI SAO PHẢI PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG ?

Rèn luyện vận động sẽ giúp cơ thể phát triển toàn diện, nâng cao sức đề kháng, việc rèn luyện cơ bắp giúp duy trì sự cân bằng của cơ thể, làm cho việc trao đổi chất được tốt hơn, củng cố hệ tuần hoàn, hệ hô hấp nhờ vậy mà thể lực được nâng cao. Vận động góp phần làm cho xương phát triển và sự liên kết các cơ xương được bền chắc hơn. Trẻ CPTTT khả năng vận động thô (là những kỹ năng liên quan đến vận động hoặc sự phối hợp vận động các cơ lớn của cơ thể) và vận động tinh (là những kỹ năng liên quan đến các cơ nhỏ của mắt và bàn tay) rất hạn chế, trẻ thường hay lóng ngóng, vụng về trong việc điều khiển các cử động. Những hạn chế này ảnh hưởng tới sự phát triển thể lực dẫn tới trẻ thiếu tích cực trong mọi hoạt động khám phá thế giới xung quanh, dẫn tới ảnh hưởng khả năng nhận thức. Do vậy việc phát triển kỹ năng vận động cho trẻ CPTTT là một trong những nội dung quan trọng, cần thiết. Việc thiết kế các bài tập phát triển kỹ năng vận động cho trẻ cần được thực hiện trong các hoạt động của nhà trường và của gia đình.

### NHÓM BÀI TẬP PHÁT TRIỂN KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG THÔ LUYỆN ĐẦU VÀ CỔ



- Cho trẻ nằm sấp trên bụng mẹ, gọi trẻ, trò chuyện với trẻ, kích thích trẻ có phản ứng như cố gắng nhấc đầu lên.

Lưu ý: Hãy tập luyện cho trẻ cả hai bên để trẻ có thể quay đầu được cả hai bên như nhau.

- Hãy đặt trẻ nằm sấp và tập cho trẻ chống trên hai cánh tay bằng cách nâng nhẹ nửa thân người trẻ lên bằng một cái gối.

- Hãy gọi trẻ, lúc lắc các đồ chơi có tiếng động trước mặt trẻ, nâng các vật dụng lên từ từ nhằm thu hút trẻ ngẩng đầu, rướn lên phía trước.

- Lăn trẻ nằm nghiêng một bên và đỡ quanh ngực trẻ. Nghiêng trẻ lên và nói chuyện với trẻ từ phía trên và phía trước vai trên của trẻ, để trẻ kích thích ngẩng đầu lên nhìn bạn.

- Cần đặt trẻ nằm nghiêng vài lần trong ngày khi trẻ thức và hãy đổi bên

- Giúp trẻ lăn từ tư thế nằm nghiêng sang tư thế nằm ngửa.

- Đỡ chắc quanh vai trẻ. Nhẹ nhàng vòng quanh vai kéo tới trước để giúp trẻ điều khiển đầu. Hai ngón trỏ của bạn chĩa thẳng đỡ sau cổ phòng khi đầu trẻ bật ngửa ra phía sau. Nói chuyện với trẻ, từ từ hạ trẻ xuống một chút – giữ như vậy từ 5 đến 8 giây rồi đưa trẻ trở lại tư thế ngồi.

### LUYỆN KỸ NĂNG NGỒI

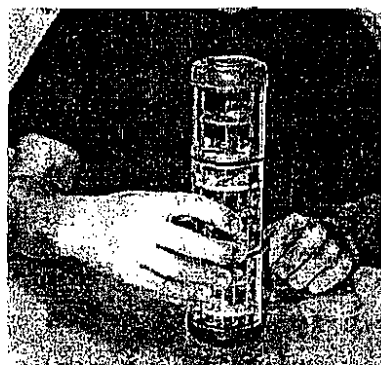
Đặt trẻ ngồi trên đùi, từ từ nghiêng trẻ ra phía sau, rồi đưa lên trở lại. Nghiêng trẻ qua trái, qua phải, nghiêng về phía sau và cuối cùng nghiêng ra phía trước. Cần di chuyển chậm để trẻ có thời gian nâng đỡ đầu khi mỗi lần nghiêng. Khi bé trẻ phải nâng đầu và thân trên lên.



- Đặt trẻ ngồi lên quả bóng lớn và giữ hai bàn tay trẻ trên hai đầu gối, hai chân xếp lại. Từ từ lăn bóng từ bên này qua bên khác, lăn lên phía trước, lăn về phía sau.

- Đặt trẻ ngồi trên đầu gối của hai chân bạn, hai tay giữ hai bên hông trẻ. Từ từ nâng nhẹ đầu gối lên để nghiêng trẻ qua một bên, chờ đợi cho trẻ nghiêng trở lại vị trí giữa, cố gắng tập cho trẻ nhiều lần để trẻ tập giữ thăng bằng khi ngồi.

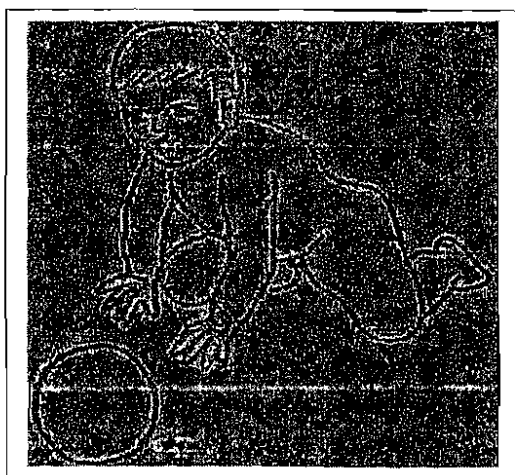
- Đặt trẻ ngồi trong một hộp các-tông chắc chắn với một cái gối mềm chèn giữa trẻ với thành hộp hai bên và phía sau, để một số đồ chơi trong hộp cho trẻ chơi.



- Sử dụng ghế cao có gắn khay ăn cho trẻ ngồi ăn hoặc chơi đồ chơi hoặc có thể tập cho trẻ ngồi trên ghế dựa nhỏ thấp với chỗ ngồi bằng phẳng, có bàn phía trước.

## LUYỆN KỸ NĂNG BÒ

### Bài tập 1: Định hướng cho trẻ bò



Khi trẻ đang bò, đặt một đồ chơi mà trẻ thích cách đặt một đồ chơi mà trẻ thích cách trẻ khoảng 20cm, cổ vũ cho trẻ đến lấy, khi trẻ bò gần đến nơi, lại tiếp tục đặt đồ chơi ra xa hơn. Nếu trẻ chưa bò vững có thể dùng tay đỡ bụng cho trẻ bò.

## **Bài 2: Bò tự do**

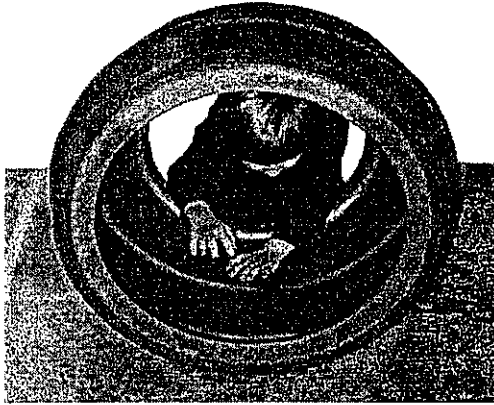
Tạo khoảng không gian rộng, lau sạch nền nhà, cất hết những vật nguy hiểm và không vệ sinh, xung quanh đặt một vài đồ chơi để thu hút trẻ, cho trẻ bò khắp nền nhà để chơi đồ chơi, nhưng cần chú ý cho trẻ bò trong phạm vi quan sát của người lớn.

## **Bài 3: Bò chuyển hướng**

Trước tiên bạn hãy cho trẻ chơi đồ chơi một lúc, sau đó lấy đồ chơi đó giấu phía sau lưng trẻ, trẻ sẽ phải bò quay trở lại phía sau để lấy đồ chơi,

## **Bài 4: Bò chui qua ống**

Chuẩn bị một số ống tròn, cho trẻ tập bò chui qua ống.



Bò chui vào trong ống



Bò chui ra khỏi ống

## LUYỆN KỸ NĂNG GIỮ THẰNG BẰNG VÀ ĐIỀU TIẾT

### Bài tập 1: Giữ thăng bằng

- Đỡ chắc quanh ngực trẻ, đặt trẻ đứng trên một bề mặt phẳng. Mẹ đứng đằng sau đỡ trẻ.

- Đỡ ở phần mông của trẻ, mặt trẻ quay về phía mẹ, tay trẻ bám vào đầu gối của mẹ. Quan trọng là trẻ phải đứng thẳng mông, hai bên hông phải thẳng hàng với phần thân còn lại. Ở tư thế này, mẹ có thể trò chuyện với trẻ.

- Nếu trẻ không thể đứng được do chân trẻ quá mềm nhũn, bạn có thể dùng nẹp buộc vào hai bên đầu gối của trẻ. Nẹp ở đây có thể là miếng bìa cứng, và có thể quấn quanh bởi miếng băng vải, giữ chặt bằng khoá dán.

- Tiếp theo có thể cho trẻ đứng vịn tay vịn. Có thể cho trẻ vịn vào chiếc ghế nệm, trên đó có nhiều đồ chơi. Điều quan trọng vẫn là trẻ phải đứng thẳng mông.

- Bạn hãy tập cho trẻ tự đứng vịn một mình bằng cách cho trẻ ngồi cạnh một chiếc bàn có chiều cao ngang tầm vai của trẻ. Đặt những loại đồ chơi mà trẻ thích lên trên mặt bàn để khuyến khích trẻ đứng dậy lấy.

- Khi trẻ có thể đứng trên đôi bàn chân nhỏ xíu của mình, bạn hãy giữ hai bên hông của trẻ, lắc lư sang bên phải, sang bên trái, để trẻ có thể chịu trọng lượng cơ thể trên từng chân một vào từng thời điểm. Đây là bước chuẩn bị cho kỹ năng đi tiếp theo.

- Để tiến tới trẻ có thể đứng được một mình, mẹ có thể luyện tập cho trẻ đứng vịn nhiều lần, sau đó hai tay trẻ bám vào hai tay mẹ, sau nhiều lần như vậy, mẹ bỏ một tay trẻ ra, chỉ giữ trẻ trên một tay.

- Quý đằng sau trẻ, giữ hai bên hông của trẻ, đưa cho trẻ cầm món đồ chơi mà trẻ thích, dần dần, mẹ bỏ một tay, bỏ hai tay ra khỏi hông của trẻ. Lúc này trẻ sẽ tự mình tập giữ thăng bằng bằng cách các ngón chân của trẻ sẽ bám vào sàn nhà nếu như trẻ hơi đổ về đằng trước, nếu trẻ hơi đổ ra đằng sau, các ngón chân sẽ nhấc lên để kéo trẻ về đằng trước.

## **Bài tập 2: Nhảy bằng hai chân**

**Mục đích:** Rèn luyện cho trẻ khả năng giữ thăng bằng và khả năng điều tiết.

### **Cách hướng dẫn**

Người lớn đứng đối diện với trẻ, giữ hai tay của bé, thử làm mẫu một lần nhảy lên khỏi mặt đất, sau đó cùng bé nhảy. Khi bắt đầu, người lớn nắm hai tay bé để bé nhảy, dần dần nắm 1 tay hoặc cho bé bám vào vật gì đó để tự nhảy. Nên rèn luyện nhiều lần động tác này.

## **Bài tập 3: Đi giật lùi**

**Mục đích:** Rèn luyện cho trẻ khả năng giữ thăng bằng và bước vững.

### **Cách hướng dẫn:**

Dạy trẻ cách đi giật lùi hoặc vừa kéo đồ chơi vừa lùi, cũng có thể cùng trẻ chơi trò *anh tiến tôi lùi*

## **Bài tập 4: Ngồi lên xe đồ chơi:**

**Mục đích:** Rèn luyện đôi chân và khả năng giữ thăng bằng, thúc đẩy sức mạnh của đôi chân và khả năng phối hợp giữa động tác với thị giác.

### **Cách hướng dẫn**

Cho trẻ đạp xe ba bánh, khi cần thiết có thể nối một sợi dây vào xe kéo đi để giúp trẻ lấy đà đạp xe. Sau một khoảng thời gian trẻ có thể tự mình đạp xe.

## **Bài tập 5: Tập đứng vững trên sàn và tập bước**

**Mục đích:** Rèn khả năng đứng vững trên sàn và tập bước

### **Cách hướng dẫn**

- Đứng một chân trên sàn và chân kia đặt một bước nhỏ trên một khối gỗ hoặc cuộn danh bạ điện thoại.

- Ngồi trên sàn, hai chân duỗi thẳng, để trẻ đứng giữa hai chân bạn và cho trẻ bước một chân lên đùi bạn.

Khuyến khích trẻ chơi các trò chơi hoặc hát các bài hát diễn tả bằng điệu bộ, như vậy trẻ sẽ có thể tập động tác này một cách tự nhiên mà không cần bắt vủ vào tay người khác

### **Bài tập 6: Tập giữ vững thăng bằng trên bạt và lò xo**

**Mục đích:** Rèn khả năng đứng vững trên sàn và tập bước

#### **Cách hướng dẫn**

- Đặt trẻ đứng trên bạt lò xo và nhẹ nhàng nghiêng tấm đệm qua hai bên, trước và sau.

- Để quả bóng trên tấm bạt và bảo trẻ đá bóng ra ngoài.

- Nếu trẻ đứng vững trên tấm bạt, bạn ném cho trẻ quả banh và khuyến khích trẻ ném lại. Trẻ buộc phải nỗ lực giữ thăng bằng trên hai chân để thực hiện động tác

## **LUYỆN KỸ NĂNG ĐI**



### **Bài tập 1: Đi vịn**

**Mục đích:** Trẻ bước được chân

#### **Cách hướng dẫn**

- Khi trẻ đã đứng vững thì việc trẻ đứng vịn là chuyện thật đơn giản đối với trẻ. Để tập cho trẻ những bước đi, chuyển động đầu tiên, hãy cho trẻ đứng vịn ở một đầu của salon, phía đầu đằng kia để một món đồ chơi mà trẻ thích để thu hút trẻ. Trẻ có thể bám dọc theo chiếc salon đi tới đồ chơi mà trẻ muốn.

## **Bài tập 2: Tập đi**

**Mục đích:** Luyện đi cho trẻ

**Cách hướng dẫn**

- Đứng sau lưng trẻ, đặt hai chân trẻ đứng trên hai chân của mẹ, hai tay đỡ nách hoặc cầm tay trẻ và bước những bước nhỏ.

- Hãy cho trẻ đứng cạnh bàn ngang tâm ngực trẻ, đặt những món đồ chơi trẻ thích lên trên. Mẹ có thể di chuyển đồ chơi để khuyến khích trẻ lấy được đồ chơi. - Khi trẻ đã đứng vững, mẹ hãy đứng đằng trước và dắt hai tay trẻ tiến lên phía trước, đi từng bước một.

- Có thể dần dần mẹ bỏ một tay, hai tay trẻ ra, trẻ có thể bước một bước, rồi bước hai bước...

## **LUYỆN KỸ NĂNG CHẠY**

Những bước chạy đầu tiên của trẻ là những bước đi nhanh. Hãy tập cho trẻ các hình thức chạy sau :

- Chạy thẳng trên đường bằng phẳng.
- Chạy trên đường vòng bằng phẳng.

## **NHÓM BÀI TẬP PHÁT TRIỂN VẬN ĐỘNG TINH**

Với tay, nắm bắt được vật là rất quan trọng cho việc khám phá thế giới bên ngoài của trẻ. Muốn nắm bắt được trước hết, trẻ phải có khả năng nhìn tốt, cử động đầu và cổ cứng cáp. Khả năng sử dụng bàn tay, ngón tay tinh khéo.

### **Bài tập 1: Nhóm bài tập luyện tay**

**Mục đích:** Luyện phối hợp sử dụng tay

**Cách hướng dẫn:**

- Dùng những đồ chơi có màu sắc sặc sỡ di động trước mặt trẻ như: túm vải có

màu sắc sặc sỡ, xúc sắc, đồ chơi gây tiếng động... Kích thích trẻ dùng bàn tay với những đồ chơi đó.

- Trẻ có trí tuệ chậm phát triển thường không có phản ứng đưa tay tới vật khi vật ở trước mặt. Vì thế, hãy đưa tay trẻ sờ vào vật, giúp trẻ thực hiện động tác. Lưu ý lúc đầu trẻ sẽ không sử dụng ngón tay cái để cầm nắm vật mà trẻ chỉ dùng lòng bàn tay và bốn ngón tay còn lại.

- Bước tiếp theo, hãy cho trẻ thử cầm 2 vật ở hai tay. Giúp trẻ nâng hai vật ở hai tay lên và lắc, rồi đập chúng vào nhau.

- Với những trẻ CPTTT ở lứa tuổi mẫu giáo, phát triển kỹ năng vận động tinh cần giúp trẻ phát triển sự khéo léo cử động của bàn tay và của các ngón tay. Việc phát triển kỹ năng vận động tinh có thể lồng ghép thông qua các hoạt động vui chơi, hoạt động cá nhân hoặc thông qua các bài tập luyện ngón tay... Dưới đây chúng tôi gợi ý một số bài tập có thể vận dụng phát triển kỹ năng vận động tinh cho trẻ CPTTT.

- Luyện tay: Xoè, nắm bàn tay; co duỗi ngón tay; quay cổ tay, ngón tay. Búng, bật ngón tay; đan ngón tay, Chạm các ngón tay vào nhau, xoa các ngón tay...

## **Bài tập 2: Đập đập, lắc lắc**

**Mục đích:** Luyện tập vận động ngón tay và cổ tay.

**Cách hướng dẫn:**

Chuẩn bị một vài cái trống bỏi ( là loại trống có cán cầm, hai bên thành trống có hai sợi dây buộc hai viên bi. Khi lắc trống, viên bi này sẽ đập vào mặt trống tạo ra những tiếng kêu vui nhộn). Chia cho mỗi bé một cái rồi cùng bé làm động tác đập hoặc lắc trống bỏi, người lớn vừa đập trống vừa hát những bài hát thiếu nhi

### **Bài tập 3: Nhặt đậu tương**

**Mục đích:** Luyện cơ bàn tay cho trẻ.

**Cách hướng dẫn:**

Người lớn đặt một ít hạt đậu tương hoặc lạc lên mặt bàn, dạy trẻ dùng ngón tay trỏ và ngón cái của bàn tay phải nhặt từng hạt cho vào giỏ. Mỗi lần nên đặt số lượng đậu tương vừa phải, không nên đặt quá nhiều vì trẻ có thể thấy chán nản, không hứng thú.

### **Bài tập 4: Xuyên cúc**

**Mục đích:** Rèn luyện khả năng phối hợp các động tác tay của trẻ.

**Cách hướng dẫn:**

Đưa cho trẻ một chiếc cúc và một sợi dây nhựa, bảo trẻ xuyên sợi dây qua chiếc cúc. Trẻ xuyên xong thì bảo trẻ rút sợi dây ra. Có thể khuyến khích trẻ xuyên thêm một vài chiếc cúc nữa, cứ xuyên xong một chiếc lại kéo dây ra.

### **Một số gợi ý tổ chức các hoạt động luyện vận động tinh cho trẻ CPTTT**

- Ghép, xếp hình
- Cắt dán các đường thẳng, đường gấp khúc
- Tập tô, vẽ các chi tiết hình hoạ đơn giản
- Nặn các hình từ đất sét, bột nặn (luyện các thao tác: vê, vẽ, véo, miết, xoa, gán, nồi...)
- Xé, cắt, dán, gấp
- Xâu, cắm, gán kết các hạt hạt, lá, hoa...
- Đan, tết, quấn các cuộn dây
- Giở sách, vở
- Chơi với cát nước...