

Smart Kids Junior

Bé thông minh về cảm xúc
Dành cho bé 3 - 5 tuổi



SỰ CẦN THIẾT ĐỐI VỚI BÉ



Từ giai đoạn mẫu giáo đến những năm đầu tiên ở tiểu học, bé bắt đầu hình thành những cảm xúc. Tùy theo sự phát triển của từng bé mà những cảm xúc đó có mức độ đa dạng hay phức tạp khác nhau, nhưng đều có tác động sâu sắc và lâu dài đến việc hình thành tính cách của bé trong giai đoạn về sau.

Chính vì vậy, trong giai đoạn đầu đời này, việc hướng dẫn bé biết cách làm chủ cảm xúc, uốn nắn những hành vi không phù hợp của bản thân và trong giao tiếp với những người xung quanh, từ đó tránh cho bé hình thành những thói quen xấu có tác động tiêu cực đến tính cách của bé là rất cần thiết. Đó cũng chính là mục tiêu của chương trình SMART KIDS JUNIOR - Bé thông minh cảm xúc (3 - 5 tuổi) của Trường Ngoại khóa TOMATO.

Chương trình gồm 3 học phần giúp bé tìm hiểu về những cảm xúc căn bản, thường gặp ở lứa tuổi của con. Đối với mỗi cảm xúc, bé học cách nhận biết những biểu hiện của cảm xúc đó, nhận biết những tình huống có thể gây ra cảm xúc đó, phân biệt cách thể hiện cảm xúc phù hợp/ không phù hợp, học cách làm chủ cảm xúc của chính mình. Trong từng tình huống cụ thể bé cũng được tìm hiểu những thói quen tốt và thực hành cách giải quyết vấn đề xảy ra trong tình huống. Bên cạnh việc tìm hiểu về cảm xúc của bản thân, các bài học cũng hướng bé quan tâm tới cảm xúc của người khác, con học cách chia sẻ, giúp đỡ và hợp tác với mọi người xung quanh.





Học phần Tự chủ - Tự lập:

Học phần này giúp bé hiểu và học cách kiểm soát, ứng xử phù hợp khi bản thân có cảm xúc Tức giận – Chán ghét – là những cảm xúc khiến bé có những biểu hiện như không kiểm chế được khi tức giận, bướng bỉnh, thiếu tự lập, không thích làm những việc không hợp sở thích của mình. Bé cũng học cách nhận biết khi nào người khác có cảm xúc tức giận – chán ghét và nên làm gì trong tình huống đó.

Học phần Mạnh dạn – Dũng cảm:

Học phần này giúp bé hiểu và học cách kiểm soát, ứng xử phù hợp khi bản thân có cảm xúc Lo sợ - Xấu hổ - là những cảm xúc khiến bé có những biểu hiện như nhút nhát, sợ hãi, tự ti. Bé được trang bị những cách căn bản để vượt qua những cảm xúc này và thực hành cách ứng xử trong một số tình huống đặc biệt khiến bé lo sợ - xấu hổ như: bị bắt nạt/ đe dọa, khi mắc lỗi, khi gặp người lạ...



Học phần Chia sẻ - Bày tỏ:

Học phần này giúp bé hiểu và học cách kiểm soát, ứng xử phù hợp khi bản thân có cảm xúc Buồn – Ghen tỵ – là những cảm xúc bé thường giấu kín trong lòng, ít bộc lộ, và vì vậy nên cha mẹ không kịp nhận biết để chia sẻ, giúp bé tránh những vấn đề tâm lý sâu sắc hơn. Bé được trang bị những cách căn bản để chịu bày tỏ, biết cách bày tỏ những cảm xúc này và thực hành cách ứng xử trong một số tình huống đặc biệt khiến bé buồn - ghen tỵ như: khi bị la mắng, khi cảm thấy mình không được quan tâm, khi có em...

Mỗi học phần gồm 16 bài học (90 phút/ bài học) xoay quanh chủ đề của học phần đó.

DANH MỤC BÀI HỌC



	CHỦ ĐỀ BÀI HỌC		CHỦ ĐỀ BÀI HỌC		CHỦ ĐỀ BÀI HỌC
Cảm xúc Tức giận - Chán ghét	Bài 1 – Làm quen & cách ứng xử cơ bản	Cảm xúc Lo sợ - Xấu hổ	Bài 1 – Làm quen & cách ứng xử cơ bản	Cảm xúc Buồn - Ghen tỵ	Bài 1 – Làm quen & cách ứng xử cơ bản
	Bài 2 – Nền tảng cảm xúc		Bài 2 – Nền tảng cảm xúc		Bài 2 – Nền tảng cảm xúc
	Bài 3 – Nền tảng cảm xúc (tt)		Bài 3 – Cảm xúc lo sợ		Bài 3 – Cảm xúc buồn
	Bài 4 – Cảm xúc tức giận		Bài 4 – Khi không có ba mẹ bên cạnh		Bài 4 – Khi con bị la mắng
	Bài 5 – Khi con muốn mà Không được		Bài 5 – Khi gặp người lạ		Bài 5 – Khi con không được quan tâm - chú ý
	Bài 6 – Khi con bị chọc ghẹo/ tranh giành		Bài 6 – Khi bị bắt nạt/ đe dọa		Bài 6 – Khi con phải rời xa người thân của mình
	Bài 7 – Khi con bị bắt làm những việc mình không muốn		Bài 7 – Khi có một kỷ ức xấu		Bài 7 – Khi con gặp chuyện không vui
	Bài 8 – Cảm xúc chán ghét		Bài 8 – Cảm xúc xấu hổ		Bài 8 – Làm người khác vui lên
	Bài 9 – Con không thích đi học		Bài 9 – Khi mắc lỗi		Bài 9 – Khi ghen tỵ
	Bài 10 – Con không thích làm việc cá nhân		Bài 10 – Khi khác biệt		Bài 10 – Khi có em/ người khác được quan tâm hơn con
	Bài 11 – Khi con phải làm đi làm lại một việc		Bài 11 – Khi bị chọc ghẹo		Bài 11 – Khi người khác có đồ vật con muốn
	Bài 12 – Khi người khác tức giận - chán ghét		Bài 12 – Khi người khác lo sợ - xấu hổ		Bài 12 – Khi người khác giỏi hơn mình
	Bài 13 – Cảm xúc tự hào		Bài 13 – Cảm xúc vui - hạnh phúc		Bài 13 – Tự tin vào chính mình
	Bài 14 – Khi con tự lập		Bài 14 – Tình cảm gia đình		Bài 14 – Khi con biết bày tỏ ý kiến
	Bài 15 – Khi con biết giúp đỡ người khác		Bài 15 – Biết ơn		Bài 15 – Cùng học cùng làm
	Bài 16 – Ngày hội xua tan giận dữ		Bài 16 – Ngày hội can đảm		Bài 16 – Ngày hội chia sẻ



BÉ SẼ ĐẠT ĐƯỢC NHỮNG GÌ SAU KHI HOÀN TẤT CHƯƠNG TRÌNH

Chương trình giúp bé nhận thức được các vấn đề sau đây:

Cách ứng xử lễ phép, lịch sự

- Bé thực hành cách chào hỏi lịch sự lễ phép khi gặp người khác.
- Bé thực hành cảm ơn, xin lỗi, hỏi ý kiến người khác trong các tình huống cụ thể.
- Bé hiểu được mỗi nơi đều có những nguyên tắc mà con cần phải tuân theo.
- Bé tìm hiểu và thực hành các nguyên tắc lớp học và nguyên tắc an toàn trong lớp học TOMATO.
- Bé biết cách lắng nghe người khác tập trung và chân thành.

Cảm xúc

- Bé hiểu khái niệm “cảm xúc”, “cảm xúc khó chịu”, “cảm xúc dễ chịu”.
- Bé nhớ được các cảm xúc cơ bản: giận dữ, chán ghét, lo sợ, xấu hổ, buồn, ghen tỵ, vui, tự hào.

Hiểu cảm xúc bản thân

- Bé gọi tên được những cảm xúc của bản thân.
- Bé mô tả được trạng thái của mình khi có một cảm xúc nào đó.
- Bé nhận biết được các tình huống có thể gây ra một cảm xúc nào đó.
- Bé phân biệt được cách thể hiện cảm xúc phù hợp và không phù hợp.
- Bé thực hành cách kiểm soát và xoa dịu những cảm xúc khó chịu như giận dữ, lo sợ, xấu hổ, ghen tỵ, buồn, chán ghét trong những tình huống cụ thể.

Hiểu cảm xúc của người khác

- Bé nhận biết được cảm xúc của người khác thông qua các “dấu hiệu cơ thể” của họ.
- Bé hiểu được rằng những người khác nhau sẽ có những cảm xúc khác nhau trong cùng một tình huống.
- Bé biết cách quan tâm, chia sẻ cảm xúc và ứng xử phù hợp khi những người xung quanh có cảm xúc khó chịu.

Bé rèn thói quen tốt

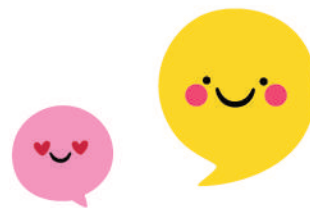
- Tự lập trong các công việc cá nhân.
- Biết quan tâm, chia sẻ và giúp đỡ người khác.
- Yêu thương gia đình.
- Tự tin vào chính mình.
- Cùng học cùng làm.



Bé học cách ứng xử trong các tình huống đặc biệt

- Khi con bị tranh giành, chọc ghẹo, bắt nạt/ đe dọa.
- Khi con gặp người lạ.
- Khi con phải rời xa người thân của mình.
- Khi mắc lỗi.

LƯU Ý QUAN TRỌNG DÀNH CHO PHỤ HUYNH



Ở giai đoạn mẫu giáo, khả năng quan sát và thẩm thấu (cả những cái tốt lẫn cái xấu) của bé phát triển rất cao. Nói cách khác là bé có xu hướng quan sát và bắt chước những điều tốt/ xấu xảy ra xung quanh mình (ở nhà, ở trường...). Chính vì vậy, việc phụ huynh bày tỏ cảm xúc và giải quyết vấn đề sẽ là những tấm gương để bé làm theo.

Thói quen tốt không hình thành qua một đêm: Để một hành vi có thể trở thành một thói quen tốt ở bé cần có sự kiên nhẫn, sự nhắc nhở và khuyến khích thường xuyên từ cả nhà trường lẫn gia đình. Chính vì vậy, phụ huynh cần dành sự quan tâm nhất định với những gì bé học được ở trường để có thể chia sẻ và động viên bé khi cần thiết.

Hãy thường xuyên theo dõi các thư cập nhật tình hình học tập ở bé tại trường TOMATO cũng như Bản tin "Học cùng con" của nhà trường, nhận các thông tin hướng dẫn từ nhà trường và đồng hành tốt nhất với bé trong việc học.



ĐĂNG KÝ NGAY

ĐỂ NHẬN NHIỀU ƯU ĐÃI HẤP DẪN CHO BÉ!

HOTLINE: 0906 616 212

Cơ sở 1:
329/5 - 7 Nguyễn Trọng Tuyển,
P. 10, quận Phú Nhuận, TP. HCM
Tel: 028 3997 3585

Cơ sở 2:
Số 6 đường số 1, KDC CityLand, 99 Nguyễn Thị Thập,
P. Tân Phú, quận 7, Tp. HCM
Tel: 028 7300 9391

Cơ sở 3:
Tầng 4, The Edu House - số 8 đường số 5,
P. An Lợi Đông, Tp. Thủ Đức, Tp. HCM
Tel: 028 7300 9390