



Sổ tay Chơi trị liệu



Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn VLTL-PhCN



LỜI MỞ ĐẦU

« Khi chúng ta mong ước cuộc đời không nghịch cảnh, hãy nhớ rằng kim cương là từ áp lực mà thành nên ».

Trong cuộc sống luôn có những khó khăn nhưng điều quan trọng nhất là hãy tin rằng luôn có những những người bạn đồng hành cùng chúng ta vượt qua khó khăn đó. Từng có một người mẹ trẻ bộc bạch: « Mỗi lần mệt mỏi nhìn con bé ngô nghê cười, chị cảm thấy bình yên hơn hẳn. Có lẽ ông trời ban con bé xuống là để an ủi tấm lòng rối bời đầy những lo toan này của chị. ». Không phải đứa trẻ nào sinh ra cũng có cơ thể khỏe mạnh và bình thường. Một hội chứng rất nghiêm trọng ảnh hưởng trực tiếp đến nhận thức và chức năng sinh hoạt của trẻ đó là bại não (CP). Bệnh CP thường được chẩn đoán khi trẻ lên 2-3 tuổi, khoảng 2-3 trẻ trong khoảng 1000 trẻ ở độ tuổi lên 3 mắc CP.

Sự phát triển của trẻ CP luôn là bài toán nan giải đối với chính quý phụ huynh và cũng là thử thách khó khăn đối với các em. Nhưng những đứa trẻ ấy với tình thương, sự chăm sóc và hỗ trợ của những người xung quanh luôn không ngừng cố gắng vượt lên số phận, tiếp tục sống, học tập từng ngày để hoà nhập và mang lại những điều tươi đẹp cho xã hội. Họ, những bậc cha mẹ, những người chăm sóc và cả những "siêu nhân" không bước đi một mình mà luôn có những tổ chức xã hội, những chuyên gia sức khoẻ là người bạn đồng hành với họ, cùng nhau giải bài toán khó này.

Phục hồi chức năng là một chuyên ngành chăm sóc sức khoẻ với nhiều đối tượng bệnh nhân khác nhau, sử dụng các liệu pháp vật lý nhằm cải thiện thể chất và khả năng sinh hoạt cho người có nhu cầu. VLTL – PHCN can thiệp rất nhiều trong quá trình trẻ CP đạt được những khả năng sinh hoạt độc lập và hòa nhập với xã hội.

Nhằm đem lại những “trò chơi không chỉ là chơi”, giảng viên và sinh viên bộ môn Vật lý trị liệu – Phục hồi chức năng Đại học Y Dược Tp.HCM đã lên ý tưởng và cho ra đời cuốn sổ tay với mục đích cung cấp các bài tập ***đơn giản nhất, tiện ích nhất nhưng hiệu quả bậc nhất*** dành riêng cho các “siêu nhân” của chúng ta.

Qua cuốn sổ tay, Sinh viên Bộ môn VLTL – PHCN ĐHYD TP.HCM muốn gửi tới mọi người đang cầm trên tay cuốn sổ nhỏ này một thông điệp : "Ba mẹ chính là nhà trị liệu tốt nhất của trẻ".

Mục lục

01

Lời mở đầu

Trang 01

02

Giới thiệu về
sổ tay

Trang 03

03

Chơi trị liệu
với bóng

Trang 10

04

Chơi trị liệu
với đồ nhựa

Trang 21

05

Chơi trị liệu
với giấy

Trang 32

06

Chơi trị liệu
với đất sét

Trang 43

07

Chơi trị liệu
với các loại hạt

Trang 55

08

Chơi trị liệu với
vải

Trang 66

09

Chơi trị liệu với
các dụng cụ khác

Trang 77

10

Lời kết

Trang 88

GIỚI THIỆU VỀ SỔ TAY

1. Tài liệu này là gì?

Tài liệu này là một công cụ giúp phụ huynh, những người chăm sóc và trị liệu viên trong việc hỗ trợ sự phát triển của từng trẻ một cách đơn giản và hiệu quả thông qua hình thức chơi trị liệu.

2. Đối tượng chúng tôi hướng đến?

Trẻ chậm phát triển vận động, trẻ CP

3. Chơi có vai trò như thế nào?

Đối với mọi đứa trẻ, chơi là hoạt động chính và rất quan trọng cho sự phát triển của trẻ trong các lĩnh vực: vận động, nhận thức, cảm xúc, xã hội. Mặc dù trẻ CP gặp khó khăn về vận động và tư thế làm cho các em gặp khó khăn để khám phá thế giới, nhưng điều này không có nghĩa là các em không muốn khám phá thế giới! Điều chúng ta cần làm đó là tạo ra nhiều kích thích và môi trường thuận lợi để giúp các em chơi.

Thông thường phụ huynh sẽ quen thuộc với các buổi trị liệu tập luyện thông thường mà quên mất một điều quan trọng đó là “hoạt động chính của trẻ là chơi” và thông qua đó trẻ học được rất nhiều. Khi trẻ chơi thì trẻ sẽ cảm thấy vui và muốn chơi nữa. Như vậy nếu phụ huynh có thể kết hợp giữa chơi và trị liệu thì buổi tập sẽ không còn nhàm chán với việc đếm từ 1 đến 10 lần thực hiện nữa rồi!



4. Chơi trị liệu là gì?

- Sử dụng chơi để giúp trẻ khuyết tật phát triển về mặt thể chất, tâm lý và xã hội.
- Sử dụng các mục tiêu phục hồi chức năng để thiết kế các bài tập dựa trên hoạt động chơi
- Có những luật lệ khi chơi giúp trẻ tự phân đầu hoặc chơi cùng trẻ khác để đạt được mục tiêu

Chơi trị liệu thường sẽ khó thiết kế hơn các trò chơi thông thường vì chúng ta cần phải phân tích và sáng tạo để khi chơi trẻ thấy vui, không quá sức của trẻ và vẫn đạt được mục đích trị liệu.

Đó là lý do tại sao chúng tôi tạo ra quyển sổ tay này, vì chúng tôi biết đây là một khái niệm còn mới với nhiều phụ huynh. Những trò chơi chúng tôi đưa ra đây sẽ là ý tưởng, phụ huynh có thể biến đổi nó sao phù hợp với con mình. Vì, chính phụ huynh mới là nhà trị liệu tốt nhất của trẻ!

5. Vì sao nên đọc cuốn sổ tay này?

- Phụ huynh và người chăm sóc trẻ có thêm kiến thức về điều trị cho bé thông qua các trò chơi. Từ đó giúp trẻ hoàn thiện tiếp cận đồ vật, cầm nắm, phản xạ và hoạt động chức năng chi trên, chi dưới cũng như khả năng cầm nắm tinh vi của bàn tay, thăng bằng chính thể trong dáng đi.
- Giúp trẻ gia tăng khả năng độc lập trong sinh hoạt hằng ngày, học tập và vui chơi. Tăng hứng thú, phấn khởi mỗi khi được được tập luyện thông qua phương pháp chơi trị liệu.
- Phát triển các kỹ năng của bản thân như phân tích, tư duy, kỹ năng học hỏi, bắt chước, kỹ năng giao tiếp với gia đình, cộng đồng, xã hội.

6. Cách sử dụng sổ tay

Chúng tôi phân chia các trò chơi theo những dụng cụ đơn giản và hầu như luôn có sẵn tại mỗi gia đình. Mỗi trò chơi sẽ được trình bày theo các mục sau:

1. Tên trò chơi

Trò chơi sẽ được đặt tên để phụ huynh có thể dễ dàng liên tưởng đến nội dung trò chơi, giúp dễ nhớ và dễ áp dụng hơn.

2. Hình ảnh

Chúng tôi sẽ cung cấp hình ảnh gần giống nhất với nội dung của trò chơi, đôi khi sẽ là hình ảnh vẽ tay. Đối với những trò chơi có video, sẽ có link video để phụ huynh dễ dàng thực hiện trò chơi.

3. Mục đích trị liệu

Mục này cho phụ huynh biết mục đích trò chơi này giúp phát triển kỹ năng gì của trẻ. Mỗi trò chơi sẽ có những mục tiêu chính và ngoài ra cũng có những mục đích trị liệu phụ.

4. Mức độ phù hợp hay đối tượng

Đây là mục giúp phụ huynh biết được trò chơi này có phù hợp với con mình hay không. Để có thể sử dụng thông tin của mục này, phụ huynh cần phải lượng giá con mình thông qua bảng lượng giá ở trang số 6 và số 7.

5. Dụng cụ và không gian

Bao gồm cách chuẩn bị dụng cụ và chuẩn bị không gian chơi.

6. Hướng dẫn cách chơi

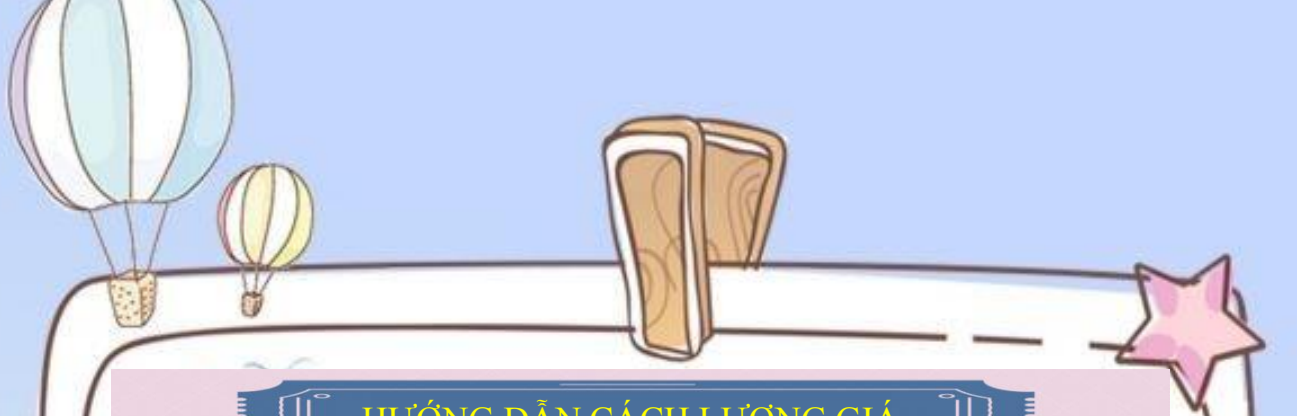
Phần này sẽ mô tả cụ thể cách chơi cũng như luật chơi. Ngoài ra cũng sẽ có thông tin về cách ba mẹ trợ giúp con như thế nào khi chơi, chú ý gì khi con sử dụng dụng cụ trợ giúp và một số lưu ý về an toàn khi chơi.

7. Biến thể

Nhằm đáp ứng được với nhiều mức độ vận động của trẻ, phần biến thể sẽ sáng tạo, cải cách một số chi tiết của trò chơi để phù hợp hơn với từng mức độ và tăng thú vị cho trẻ khi chơi.

Các từ viết tắt sử dụng:

- PH : Phụ huynh
- VĐT : Vận động thô
- VĐBT : Vận động bàn tay



HƯỚNG DẪN CÁCH LƯỢNG GIÁ

Trong quyển sổ tay này, chúng tôi cung cấp cho phụ huynh 2 bảng lượng giá giúp phụ huynh tự đánh giá khả năng di chuyển và khả năng sử dụng tay của con mình.

Phụ huynh hãy đánh giá mức độ cao nhất của con mình trong mỗi bảng lượng giá, sau đó điền mức độ đó vào cuối trang
Ví dụ: Bé A có VĐT mức 2. Lượng giá ngày 30/04/2020

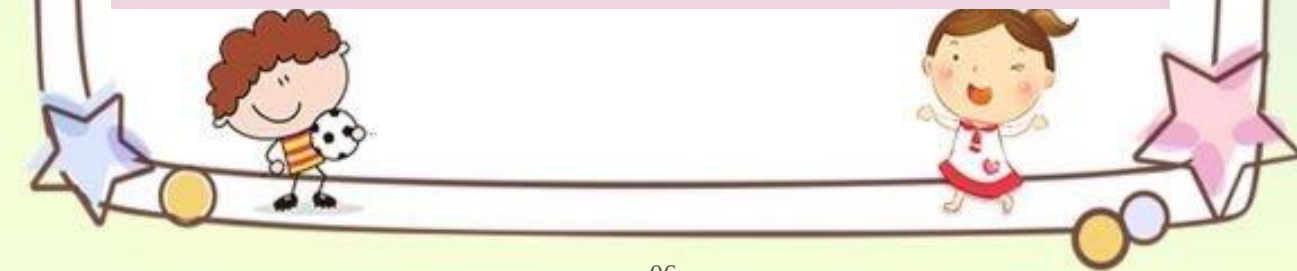
Trong mỗi trò chơi sẽ có mục “Đối tượng”. Phụ huynh hãy xem trò chơi đó có phù hợp với trẻ ở 2 khả năng này hay không.

CHÚ Ý

Đây là những bảng lượng giá do chúng tôi tạo ra, phần nội dung được ghi lại một cách đơn giản nhất để phụ huynh có thể dễ dàng biết được mức độ của con mình có phù hợp với trò chơi mà chúng tôi đưa ra hay không.

Chúng tôi xin nhắc lại đây không phải là bảng lượng giá quốc tế GMFCS hay MACS mà là lượng giá được thiết kế riêng, chỉ có giá trị sử dụng trong sổ tay.

Sẽ có một số trẻ có thể không phù hợp sử dụng lượng giá này, hoặc có thể lượng giá sẽ không hoàn toàn chính xác. Phụ huynh cần phải tự đánh giá khả năng của con và điều chỉnh trò chơi sao cho phù hợp.



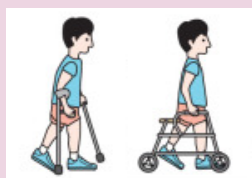
VẬN ĐỘNG THÔ (VĐT)

1



Trẻ có thể đi lại trong nhà không cần dụng cụ trợ giúp.

2



Bé có thể di chuyển trong nhà bằng dụng cụ trợ giúp (như nạng hoặc khung đi).

3



Trẻ có thể kiểm soát được cổ khi ngồi trên sàn, ghế hoặc xe lăn.

4



Trẻ sinh hoạt chủ yếu ở tư thế nằm. Khi ngồi bé chưa kiểm soát được đầu cổ.

Bé.....có VĐT mức.....

Lượng giá ngày.....tháng.....năm.....



VẬN ĐỘNG BÀN TAY (VĐBT)

1



Trẻ có thể sử dụng tay để sinh hoạt mà không cần trợ giúp

2



Trẻ có thể sử dụng tay với sự trợ giúp từ ba mẹ.

3



Trẻ hầu như không sử dụng tay trong sinh hoạt

Bé.....có VĐBT mức.....

Lượng giá ngày.....tháng.....năm.....



Lưu ý khi chơi với con

- Đặt trẻ ở tư thế mà trẻ có thể dễ dàng thấy và sử dụng tay của trẻ
- Giúp trẻ chơi hằng ngày như một thói quen. Ví dụ khi tắm cho trẻ, có thể khuyến khích trẻ lấy tay đập nước hoặc chơi với đồ chơi dưới nước
- Phụ huynh cần tận dụng thời gian chơi để phát triển các kỹ năng mới cho trẻ, nhưng đừng quên quan trọng nhất vẫn là trò chơi cần phải vui và thú vị. Trẻ học tốt nhất khi chúng thấy vui!
- Phụ huynh cần phải luôn khuyến khích và động viên con trong khi chơi để trẻ có động lực vượt qua thử thách.

Lưu ý về đồ chơi

- Trẻ CP rất thích đồ chơi, kể cả khi trẻ không thể nói ra hoặc không biểu hiện cảm xúc.
- Chú ý đến kích thước đồ chơi phù hợp với khả năng nắm của trẻ. Ví dụ đối với một số trẻ thì cầm nắm banh to dễ hơn, nhưng với một số trẻ khác thì cầm banh nhỏ lại dễ hơn
- Nếu trẻ chưa nắm được đồ chơi thì có thể nghĩ ra một số cách như dùng dây buộc đồ chơi vào tay trẻ hoặc dùng nam châm
- Đôi khi có thể gắn đồ chơi dễ lăn qua lăn lại vào mặt bàn hoặc mặt sàn để trẻ có khả năng kiểm soát kém vẫn có thể chạm vào chúng
- Nếu đồ chơi hay bị rơi xuống đất thì có thể gắn một sợi dây vào đồ chơi, đầu kia gắn vào cổ tay trẻ hoặc vào đồ vật gì đó trên bàn để trẻ không cần phải thay đổi tư thế liên tục để nhặt đồ chơi mà chỉ cần kéo dây lên
- Phụ huynh không cần phải mua đồ chơi mắc tiền, trẻ thích bất cứ đồ chơi gì chúng có thể khám phá thế giới, lắp lánh, tạo ra âm thanh. Do đó đồ chơi có thể làm từ thùng các-tông, chai nhựa, giấy, quần áo, nước,... hay bất cứ thứ gì
- Trẻ có thể tìm hiểu cảm giác bằng cả tay, miệng và mắt. Đừng lo lắng nếu con bạn chỉ nhìn vào đồ chơi mà không chơi, hoặc cố gắng đưa vào miệng để cắn. Trẻ đang chơi đó! Hãy từ từ khuyến khích trẻ tham gia chơi nhiều hơn.
- Nếu trẻ có khuyết tật thị giác, nên tạo ra đồ chơi có âm thanh để trẻ dễ dàng tiếp cận

Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn VLTL-PHCN

Chơi trị liệu với bóng



Tạo hình với banh



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Tập luyện chi trên.
- Tăng khả năng cầm nắm, buông thả vật.
- Gia tăng cảm giác vùng bàn tay (sử dụng banh có gai).
- Gia tăng thăng bằng.
- Tăng khả năng sáng tạo, linh hoạt.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 10-20 quả bóng nhỏ nhiều màu sắc/ banh gai.
 - ✓ Keo 2 mặt
 - ✓ 5-6 chiếc đĩa giấy tròn (ưu tiên màu trắng)
- Không gian chơi: nơi rộng rãi

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị: PH vẽ mặt cười hay các hình thù ngộ nghĩnh lên đĩa giấy, kế tiếp dán keo 2 mặt theo hình thù đã vẽ trước đó, sau đó đặt đĩa giấy trên mặt sàn hay trên tường tùy thuộc vào khả năng nằm, ngồi, đứng của trẻ.

Cách chơi:

Trẻ: Cầm bóng và dán vào đường keo 2 mặt PH đã dán trước đó.

PH: Khuyến khích trẻ chơi bằng lời nói, hướng dẫn, cùng trẻ chơi và dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.

Biến thể

- Đối với trẻ nằm sấp: PH có thể dán đĩa giấy lên sàn, sau đó hướng dẫn trẻ với tay dán bóng vào đĩa giấy.
- Có thể cho trẻ ngồi, nhặt bóng dưới sàn, sau đó đứng lên dán bóng vào tường. Dán theo hình biểu cảm khuôn mặt: buồn, vui....

Bowling



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Tập luyện cơ chi dưới/chỉ trên.
- Gia tăng khả năng vận động linh hoạt.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 1-2 quả bóng đá.
 - ✓ 4-6 vỏ chai (có thể chứa 1 ít nước giúp cố định chai được tốt hơn).
- Không gian: sân vườn, trong nhà có khoảng không gian rộng, thoáng.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Xếp các vỏ chai thành hàng hoặc hình tam giác.
- Đặt bóng cách vỏ chai khoảng 1-2 m.

Cách chơi:

- Trẻ: Đứng tại vạch xuất phát dùng chân để đá quả bóng từ 1 khoảng cách nhất định với mục đích làm đổ chai đã được xếp sẵn.
- PH: Khuyến khích trẻ chơi bằng lời nói, hướng dẫn, cùng trẻ chơi và dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.
- Khi chơi, tập cho trẻ việc khi PH hô 1, 2, 3 thì trẻ mới đá.

Biến thể



Đập bóng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Tập luyện chi trên.
- Tăng khả năng vận động, linh hoạt của trẻ.
- Gia tăng khả năng phối hợp mắt tay.
- Tập mạnh nhóm cơ thân mình.
- Cải thiện khả năng thăng bằng của trẻ.
- Khuyến khích tăng cường thời gian vận động của trẻ.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 10-15 quả bóng bay
 - ✓ 1 cây gậy có chất liệu mềm và nhẹ: các-tông/xốp/giấy báo.
- Không gian: Trong nhà/sân vườn rộng rãi, tránh vật cản.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

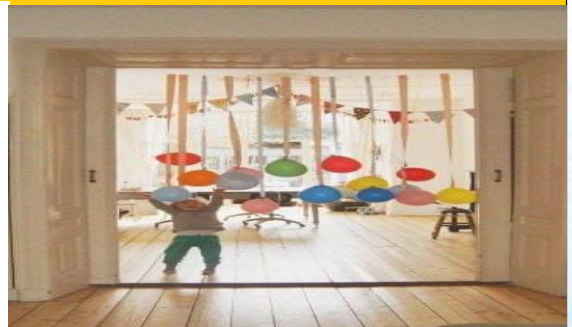
- Thổi những quả bóng bay, treo chúng vừa tầm với (như hình) để trẻ có thể chơi.

Cách chơi:

- Trẻ: Dùng gậy đánh vào những quả bóng đã được treo sẵn.
- PH: Khuyến khích trẻ chơi bằng lời nói, hướng dẫn, cùng trẻ chơi và dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.
- *Lưu ý an toàn: những trẻ trong giai đoạn tập đứng và đi, lưu ý tránh té ngã.*

Biến thể

- PH có thể đứng đối diện để đánh bóng qua lại cùng trẻ.
- Đối với trẻ nằm: treo bóng ngang tầm trẻ.
- Nếu trẻ không có khả năng cầm gậy, có thể cho trẻ đánh bóng bằng cẳng tay, bàn tay.



Ném banh vào giỏ



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Tập mạnh chi trên.
- Tăng khả năng vận động, linh hoạt của trẻ.
- Gia tăng khả năng phối hợp mắt tay.
- Tập luyện biểu cảm trên khuôn mặt cho trẻ.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 3 chiếc giỏ nhựa
 - ✓ 5-10 quả bóng
- Không gian: trong nhà hoặc ngoài sân

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Xếp những giỏ nhựa cách trẻ 1m
- Đặt rõ bóng cạnh chân trẻ.

Cách chơi:

- Trẻ: Cầm những quả bóng và ném vào những chiếc giỏ.
- PH: Khuyến khích trẻ chơi bằng lời nói, hướng dẫn, cùng trẻ chơi và dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.
- Hướng dẫn trẻ chân không vượt qua vạch xuất phát.
- *Lưu ý an toàn: Nếu thăng bằng đứng kém, PH nên đứng cạnh để đảm bảo an toàn.*

Biến thể

- Gắn mặt biểu cảm vào những chiếc giỏ, trẻ thấy banh vào chiếc giỏ có biểu cảm nào sẽ thể hiện biểu cảm đó trên gương mặt.
- Gắn giấy màu trên những chiếc giỏ, trẻ sẽ thấy banh có màu tương ứng với giấy trên giỏ đó.
- PH có thể là người cầm giỏ để hứng banh giúp tăng sự hứng thú cho trò chơi.

Xúc banh



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Tập mạnh chi trên.
- Gia tăng khả năng phối hợp mắt tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 2 chiếc bình nhựa có miệng nắp rộng.
 - ✓ 1 chiếc mui
 - ✓ 1 khay rộng chứa nước (hoặc thay bằng thau có kích thước tương đối rộng)
 - ✓ 10-15 quả bóng.
- Không gian: sân vườn, nhà tắm.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH: Bỏ bóng vào khay nhựa đang chứa nước.

Cách chơi:

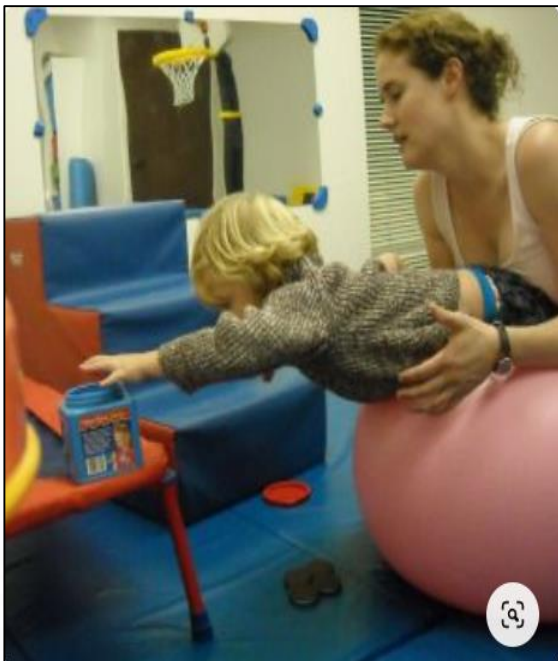
- Trẻ: Sử dụng thìa để múc những quả bóng từ khay cho vào hũ nhựa.
- PH: Khuyến khích trẻ chơi bằng lời nói, hướng dẫn, cùng trẻ chơi và dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.
- Lưu ý an toàn: đảm bảo an toàn, tránh té ngã khi chơi trong nhà tắm, sử dụng thảm chống trượt.

Biến thể

- Có thể thay thế mui bằng dụng cụ gắp đá.



Vớ tay lấy vật



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Tập luyện nhóm cơ lõi
- Tập luyện nhóm cơ vùng chi trên.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 1 quả banh lớn (như hình)
 - ✓ Đồ chơi, các hình thù trẻ thích.
- Không gian: trên sàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Một quả banh trị liệu, đồ chơi mà trẻ thích
- Không gian: trên sàn nhà, tốt nhất là có đệm xốp

Cách chơi:

- Trẻ: tư thế nằm sấp trên banh
- PH: 2 tay giữ hông trẻ, đặt đồ chơi trước mặt trẻ, hướng dẫn trẻ vươn người tới trước lấy đồ chơi và đặt lại vị trí cũ, có thể đẩy trẻ nhẹ nhàng tới lui trên banh theo nhiều hướng, dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.

Lưu ý an toàn: giữ trẻ bằng 2 tay tránh té ngã.

Biến thể

- Thay bóng bằng việc xếp chồng mền và gối.
- Vị trí đặt vật có thể thay đổi: trái, phải, ở trên, ở dưới so với tầm với của trẻ, vật càng ra xa trẻ -> mức độ càng khó, trên cao khó hơn dưới sàn.
- Chuyển đồ vật từ trái qua phải hoặc ngược lại, từ trên xuống dưới.

Về đích



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1,2

- Tập luyện cơ chi trên và chi dưới
- Gia tăng khả năng nghe, hiểu, tuân thủ quy định trò chơi.
- Gia tăng khả năng phối hợp mắt tay.
- Gia tăng thăng bằng.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 1 quả bóng đá.
 - ✓ Băng keo màu/ bút màu.
- Không gian: trên sàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH Sử dụng băng keo hoặc bút màu tạo nên đường thẳng, ziczac như hình.

Cách chơi:

- Trẻ: lăn bóng di chuyển về đích theo đường đi đã được PH tạo sẵn trước đó.
- PH: khuyến khích trẻ chơi bằng lời nói, hướng dẫn, cùng trẻ chơi và dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.

Biến thể

- Trẻ có thể bò đẩy banh về đích.
- PH có thể chơi cùng trẻ bằng việc tạo cuộc đua để tạo hứng thú.

Bật banh đi xa



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Tăng khả năng vận động các ngón tay, bàn tay.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 3-4 quả bóng nhỏ; 3-4 que kem gỗ; 3-4 kẹp phơi đồ; 3-4 nắp chai; keo (502, nến...)
 - ✓ Bề mặt cố định: gỗ, bề mặt cứng
- Không gian: không có vật cản

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Bước 1: Dán kẹp phơi đồ vào bề mặt gỗ
- Bước 2: Dán que kem gỗ lên mặt trên của kẹp phơi đồ
- Bước 3: Dán nắp chai lên mặt trên của que kem.
- Bước 4: Đặt quả bóng lên nắp chai.

Cách chơi:

- Trẻ: dùng tay ấn vào que kem tạo lực đẩy khiến quả bóng văng ra xa.
- PH: khuyến khích trẻ chơi bằng lời nói, hướng dẫn, cùng trẻ chơi và dành những lời khen thưởng khi trẻ làm tốt.

Biến thể

- PH có thể cầm rõ hững banh để tạo hứng thú.
- Có thể nối dây từ quả bóng vào để gỗ tránh việc bóng văng quá xa và hạn chế việc nhặt bóng quá nhiều.

Súng hơi



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2; VDDBT 1-2

- Tăng sức mạnh cơ bàn tay, cánh tay
- Chức năng nắm mở bàn tay
- Sử dụng tay-mắt, tập trung
- Thăng bằng, kiểm soát thân người (với trẻ đang tập đứng)

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Bóng bàn nhỏ
 - ✓ Bình nhựa dẻo có thể bóp được (chai nước rửa chén, chai đựng tương ớt)
 - ✓ Lõi giấy vệ sinh
 - ✓ Kéo, băng keo, bút màu
- Không gian chơi: chơi trong nhà, trên sàn phẳng, không gian vừa phải

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Lõi giấy vệ sinh được tô màu cho sinh động, có thể dán thêm hình tùy thích như hình nhân.
- Dụng lõi giấy hình nhân làm mục tiêu trước mặt trẻ 60cm, banh nhỏ để giữa trẻ và hình nhân (có thể thêm 1 chút keo cố định quả banh ít di chuyển)

Cách chơi:

- Trẻ ngồi, đưa trẻ nắm bình nhựa (có thể dán giấy trang trí cho đẹp), yêu cầu trẻ bóp mạnh để hơi trong bình đẩy banh đi làm đổ hình nhân, mở tay ra để bình nhựa phình lại như ban đầu và tiếp tục chơi với quả banh khác
- PH có thể ngồi sau nắm tay trẻ để hướng dẫn ngắm bắn, tích cực khuyến khích trẻ xoay đầu, nhìn vào mục tiêu, kể cho trẻ về một trận chiến đang diễn ra và trẻ là chiến binh đang chống lại kẻ xấu, chiếc bình là vũ khí của trẻ

Biến thể

- Bước đầu có thể chơi với một banh, tốt hơn thì chơi với nhiều banh, xếp xung quanh trẻ, ra lệnh yêu cầu trẻ bắn theo số thứ tự để trẻ biết thay đổi chú ý, di chuyển bình theo mục tiêu.
- Sử dụng bình mềm, hoặc hỗ trợ tay trẻ nếu trẻ không bóp được chai, cố gắng giảm dần trợ giúp đến khi trẻ làm được.
- Trẻ nằm sấp có thể nằm để chơi, trò chơi có thể giúp trẻ kiểm soát đầu cổ
- Trẻ đang tập đứng, hãy cho trẻ chơi trên bàn vừa tầm với người, PH giữ hờ thân người để trẻ vừa chơi vừa tập tự kiểm soát thân người.

Đưa bóng qua đường hầm



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2; VĐBT 1-2

- Điều hợp mắt tay, sử dụng đồng thời 2 tay
- Tăng tập trung
- Dạy mặt số và thứ tự

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Bóng nhỏ
 - ✓ Hộp giấy lớn, đẹp, không nắp, lõi giấy vệ sinh
 - ✓ Kéo, băng keo, bút màu
- Không gian chơi: không yêu cầu

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cắt lõi giấy vệ sinh thành vài đoạn 5cm, có thể tô màu, đánh số 1-10
- Gắn lõi giấy vào hộp giấy thành đường hầm cho banh chui qua, nhớ chừa không gian cho banh lăn

Cách chơi:

- Trẻ đứng hoặc ngồi theo khả năng.
- Thả banh nhỏ vào hộp, trẻ cầm hộp bằng 2 tay, điều khiển cho banh lăn qua các đường hầm theo yêu cầu từ 1 đến 10
- PH có thể ngồi sau nắm tay trẻ để hướng dẫn trẻ nghiêng (có thể kết hợp dạy về trái và phải), đưa ra yêu cầu cho trẻ tiếp theo là banh đi qua số gì.

- Link video:

https://youtu.be/n2Kmn_IQvm0

Biến thể

- Bước đầu nên cho trẻ chơi tự do, làm quen với đồ chơi trước khi muốn trẻ tập kiểm soát.
- Khoét thêm lỗ lên hộp để thử thách trẻ không cho banh rơi (tuy nhiên nhiều trẻ thích banh rơi như vậy, nếu thế hãy nói “Ôi! Banh rơi rồi” và khuyến khích trẻ nhặt lại chơi tiếp)
- Trẻ nằm sấp có thể nằm để chơi, trò chơi có thể giúp trẻ kiểm soát đầu cổ
- Trẻ nằm ngửa có thể gắn nắp nhựa trong suốt, để banh trong hộp không rơi vào trẻ và trẻ có thể chơi được.

Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn VLTL-PHCN

Chơi trị liệu với đồ nhựa



Chiếc điện thoại thần kì:



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3-4; VDBT 1-2

- Gia tăng khả năng lắng nghe
- Gia tăng sự tập trung cho trẻ
- Hỗ trợ trẻ khởi động các giác quan
- Gia tăng khả năng cầm nắm bằng tay.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 2 ly nhựa, sợi dây thừng.
- Không gian chơi: thoáng mát, yên tĩnh.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- 2 ly nhựa được đục lỗ ở đáy ly
- Sau đó luồn dây thừng qua lỗ rồi buộc rút dây lại cho cố định vào ly

Cách chơi:

- PH cầm một đầu, dạy trẻ cầm đầu còn lại cùng nhau kéo căng dây ra. Sau đó bảo trẻ “nghe điện thoại đi con” (hướng dẫn trẻ đặt ly lên tai nghe, PH nói vào ly còn lại), nếu trẻ có thể nói thì làm ngược lại. Đây là cách trò chuyện hiệu quả giữa PH và trẻ thông qua trò chơi (PH có thể tạo một đoạn hội thoại gần gũi với trẻ).

- Link video:

<https://www.youtube.com/watch?v=LXfMFKSwvIE>

Lưu ý an toàn: trong quá trình chơi đảm bảo sợi dây luôn căng.

Biến thể

- Có thể cho trẻ chơi ở mọi tư thế: nằm, ngồi, đứng, đi.
- Nếu trẻ không thể cầm ly đưa lên tai PH có thể hỗ trợ giúp trẻ.
- Có thể ra hiệu cho trẻ: PH: “con có nghe không?”- trẻ: “ gật đầu”/ “ lắc đầu”.

Bong bóng xà phòng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2-3

- Tập mạnh cơ vùng miệng cho trẻ
- Hệ thống hô hấp được cải thiện.
- Gia tăng khả năng cầm nắm và cử động cánh tay.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: chai nước nhựa như hình, tấm lưới nhỏ (vải mùng), keo, nước rửa chén.
- Không gian chơi: thoáng đãng, ngoài sân là tốt nhất.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cắt phần đáy chai nhựa
- Dán tấm vải mùng vào đáy chai

Cách chơi:

- Trẻ nhúng ngập phần vải mùng vào xà phòng
- Sau đó lấy hơi thổi vào phần cổ chai thật dài thì sẽ xuất hiện bong bóng như mong muốn

Lưu ý an toàn: không để trẻ quẹt tay dơ vào mắt mũi miệng, lau sạch tay trẻ sau khi chơi.

Biến thể

- Có thể thay thế bằng ống hút thổi vào xà phòng tạo bọt bong bóng (lưu ý không để cho trẻ hút ngược vào miệng).
- PH hỗ trợ nhúng xà phòng, trẻ chỉ cần thổi tạo bóng.
- PH cầm cho trẻ thổi.

Chuyền ly



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Cải thiện chức năng tinh vi bàn tay, cánh tay.
- Tăng sự tập trung cho trẻ.
- Kích thích khả năng quan sát.
- Tăng điều hợp các giác quan.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: : ly nhựa (có thể trang trí nhiều màu sắc), dây thun, que nhựa dài (hoặc kẹp gỗ như hình).
- Không gian chơi: thoáng mát, sạch sẽ tạo tinh thần thoải mái cho trẻ.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị :

- Buộc 4 thanh que dài (vừa tay trẻ) vào sợi thun (hoặc có thể sử dụng kẹp gỗ).

Cách chơi :

- PH nắm lấy 2 que, đồng thời hướng dẫn trẻ nắm 2 que còn lại (như hình)
- Kéo căng sợi dây thun sao cho lồng vào được ly
- Di chuyển ly và cố gắng cùng nhau xếp chồng các ly tạo hình tháp (có thể theo mẫu ly xếp sẵn).

Lưu ý: vì trò chơi cần tính kiên trì nên PH hỗ trợ và cổ vũ cho trẻ để kích thích tinh thần trẻ hơn.

Biến thể

- Độ khó có thể tăng theo các cách xếp ly.
- Có thể tăng khoảng cách di chuyển ly để đồng thời cải thiện khả năng đi đứng, thăng bằng cho trẻ.
- Chơi bằng dây thun kẹp ly sẽ khó hơn chơi bằng kẹp gỗ.
- Nếu trẻ không thể tự kéo, hướng dẫn trẻ giữ cố định que, còn PH sẽ thực hiện bước kéo thun để lồng vào ly (hoặc trẻ được hỗ trợ cầm tay giữ que cùng)

Xếp tháp



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Giúp trẻ nhận biết nhiều màu sắc.
- Tăng khả năng vận động bàn tay và cánh tay.
- Gia tăng điều hợp mắt và tay.
- Gia tăng khả năng tập trung.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 5-15 ly nhựa nhiều màu
- Không gian chơi: sàn nhà hay ngoài sân, không gian thoáng mát, sạch sẽ.

Hướng dẫn cách chơi

Cách chơi:

- PH hướng dẫn trẻ xếp ly chồng lên nhau đơn giản rồi tháo ly ra
- Hoặc phức tạp hơn bằng các hình tháp có sẵn và tăng dần độ khó với các mẫu tháp cầu kì hơn
- PH thử thách trẻ cùng làm và tham gia trò chơi với không khí vui tươi và khích lệ
- Có thể sau khi xếp xong cho phép trẻ phá vỡ tháp.

Biến thể

- PH để những chiếc ly bên hông buộc trẻ xoay thân và dùng tay lấy, giúp tập mạnh cơ vùng lưng và bụng rất hiệu quả.
- PH để những chiếc ly cần xếp ra xa tầm tay và thử thách trẻ lấy ly rồi mang đến bàn đích để xếp, như vậy có thể hỗ trợ thêm khả năng đi lại hay di chuyển cho trẻ (nếu có thể).
- PH có thể để những chiếc ly lên bàn cao kích thích khả năng đứng để trẻ thực hiện.
- PH có thể tham gia chung với trẻ bằng cách chơi luân phiên theo lượt, PH xếp 1 ly và trẻ xếp 1 ly.



Rút giấy



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng khéo léo của bàn tay, vận động cánh tay.
- Gia tăng khả năng quan sát và tập trung cho trẻ.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: ly nhựa, giấy A4 cứng
- Không gian chơi: chơi trên sàn nhà hay trên bàn cao vừa tầm.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH xếp ly như hình bên trên

Cách chơi:

- PH hướng dẫn trẻ rút những tấm giấy A4 ra ngoài làm sao cho ly vẫn giữ nguyên vị trí mà không bị đổ.

Biến thể

- Có thể xếp tháp ngang tầm trẻ đứng kích thích trẻ đứng khi chơi hoặc dưới sàn cho trẻ ngồi hay nằm chơi.

Chong chóng xoay



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2 -3

- Tập mạnh cơ vùng miệng cho trẻ
- Hệ thống hô hấp được cải thiện
- Gia tăng khả năng cầm nắm và cử động cánh tay
- Gia tăng khả năng điều hợp mắt- tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: : ống hút, ly nhựa, lon coca đã dùng, kéo, keo.
- Không gian chơi: thoáng, tránh vật cản, trên bàn hay trên sàn.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cắt lon coca đã dùng lấy phần đáy
- Sau đó đục lỗ đáy ly và 4 lỗ xung quanh ly
- Tiếp đến cắt 4 đầu ống hút cắm vào 4 lỗ xung quanh ly
- Cuối cùng dán đáy coca vào miệng ly (có thể xem video link dưới đây để rõ hơn cách làm).

Cách chơi:

- PH hướng dẫn trẻ dùng ống hút thổi vào cái lỗ trên đáy ly làm cho chong chóng xoay.

[https://drive.google.com/file/d/1-](https://drive.google.com/file/d/1-yH1Aak2M6TXVc4ZVpAzZOTy0T46oquo/view?fbclid=IwAR2Jo7mfnu8_Iz2sYNkLmHcVaYarYnwTLZAzDR4Cj-3aKOurll8Hawf6Do)

[yH1Aak2M6TXVc4ZVpAzZOTy0T46oquo/view?fbclid=IwAR2Jo7mfnu8_Iz2sYNkLmHcVaYarYnwTLZAzDR4Cj-3aKOurll8Hawf6Do](https://drive.google.com/file/d/1-yH1Aak2M6TXVc4ZVpAzZOTy0T46oquo/view?fbclid=IwAR2Jo7mfnu8_Iz2sYNkLmHcVaYarYnwTLZAzDR4Cj-3aKOurll8Hawf6Do)

Biến thể

- Trường hợp trẻ không cầm được thì PH sẽ cầm cho trẻ thổi.
- Có thể thi đua với trẻ cùng thổi đến vị trí PH yêu cầu.
- Nếu trẻ không thể cầm nắm được PH hỗ trợ cầm ống hút để trẻ thổi làm xoay chong chóng.

Phá tháp



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2 -3

- Gia tăng khả năng đi lại
- Gia tăng thăng bằng động cho trẻ.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: khoảng 10- 15 ly nhựa hay ly giấy.
- Không gian chơi: sàn nhà hay sân cỏ, không gian thoáng.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH xếp các ly nhựa thành các chồng tháp khác nhau.

Cách chơi:

- PH kích thích trẻ (hỗ trợ) đi đến khu vực đích rồi dùng chân hay tay phá vỡ chồng tháp. Sau đó quay về vạch xuất phát.

Lưu ý an toàn: tránh để trẻ té ngã, luôn theo sát bên để hỗ trợ trẻ.

Biến thể

- Có thể dùng sợi dây một đầu cột vào con gấu bông nhỏ, một đầu buộc ngang thắt lưng trẻ, kích thích trẻ dùng hông đẩy cho tháp đổ.
- PH có thể xếp các ly thành 2 hàng dọc để trẻ phá ngã ly liên tục.
- Cho trẻ bò dùng tay phá tháp.

Vượt chướng ngại vật



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2; VĐBT 1-2 -3

- Tăng khả năng vận động chi dưới.
- Gia tăng kiểm soát thân mình.
- Gia tăng khả năng chuyển thể cho trẻ.
- Tạo hứng thú và thử thách cho trẻ vận động.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: khoảng 10-20 ly nhựa (chai nhựa), các vật dụng như: gấu bông, búp bê, muông, thìa, ly, ...
- Không gian chơi: sàn nhà, nơi rộng rãi thoáng mát.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH xếp những chiếc ly thành 2 hàng bằng nhau và dẫn cách giữa các ly, đặt các món đồ ở vạch đích.

Cách chơi:

- PH hỗ trợ trẻ bò qua các ly đến đích, sau đó lấy một món đồ rồi bò ngược lại ziczac qua các ly mang về vạch xuất phát là coi như hoàn thành.

Lưu ý an toàn: PH cần thận theo sát trẻ tránh té ngã.

Link video:

<https://youtu.be/KMnJG2M2RoM>

Biến thể

- Có thể PH cùng thi đua với trẻ để kích thích trẻ chơi cùng.
- Nếu trẻ có thể đi được có thể cho trẻ đi ziczac qua các ly.
- Nâng độ cao ly lên để gia tăng độ khó khi di chuyển cho trẻ.

Vẽ hoa anh đào



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Cải thiện vận động động tĩnh của bàn tay (cầm nắm)
- Phát triển nhận thức
- Phối hợp cử động mắt tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Chai nhựa coca (hoặc các chai nhựa khác có họa tiết ở đáy chai tương tự)
 - ✓ Nước, cọ vẽ
 - ✓ Giấy A4
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH dùng màu nước vẽ thân cây hoa anh đào lên giấy trước, đổ màu nước ra đĩa

Cách chơi:

- PH cùng với trẻ cầm chai nhựa nhúng vào đĩa đựng nước màu rồi in hình lên thân cây có sẵn
- Trò chơi hoàn thành khi số lượng hoa trên cây đủ, để khô và có thể dán bức tranh lên tường để trang trí

Lưu ý an toàn: để an toàn PH có thể dùng màu thực phẩm.

Biến thể

- Có thể đa dạng hình được in ra bằng cách thay đổi chai nhựa bằng các vật liệu khác như: quả cam, đậu bắp, củ cải hoặc có thể là ngón tay, bàn tay, bàn chân vv...



Vận nắp chai



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Tăng vận động tinh bàn tay (xoắn, vặn)
- Hỗ trợ phát triển kỹ năng (cách mở nắp chai)
- Cải thiện sức mạnh cơ chi trên

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 7-10 chai nhựa có kích thước nắp to, nhỏ khác nhau
 - ✓ Bìa cứng
 - ✓ Keo nền và súng bắn keo
 - ✓ Dao rọc giấy, kéo
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH cắt phần vận nắp khỏi chai nhựa rồi dán lên bìa cứng bằng súng bắn keo.

Cách chơi:

- PH cùng với trẻ có thể thi vận nắp vào hoặc ra để tìm ra người thắng cuộc hoàn thành xong đầu tiên.

Lưu ý an toàn:

- Tránh dùng chai nhựa có miệng sắc bén dễ gây rách/ xước tay trẻ.
- Lúc mới chơi hoặc đối với trẻ yếu thì có thể vận hờ, không vận chặt nắp chai.

Link video:

<https://youtu.be/yOJXOOjF4Z0>

Biến thể

- PH có thể biến nắp chai thành bánh xe, đèn giao thông hay hình các con vật để gây hứng thú cho trẻ.



Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn VLTL-PHCN

Chơi trị liệu với giấy



Hãy cho tôi rác



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3 VĐT 1-2-3-4

- Luyện tập cơ bàn tay, chức năng tinh vi bàn tay
- Thăng bằng, ổn định thân mình
- Điều hợp mắt tay, tập trung chú ý
- Luyện tập cử động toàn cánh tay
- Kích thích cảm giác bàn tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: Giấy vụn, giấy báo, can nước 5L hoặc thùng các-tông lớn, kéo, băng keo, bút màu
- Không gian chơi: chơi nơi khô ráo, không gian vừa đến rộng

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Khoét lỗ lớn trên can nước hoặc thùng các-tông (to khoảng $\frac{2}{3}$ can/thùng), trang trí thành một con quái vật đáng yêu (lỗ lớn là miệng quái vật, hãy thêm mắt và vài chi tiết khác)
- Giấy nên cắt thành cỡ A5 hoặc A4

Cách chơi:

- Trẻ nằm, ngồi, hoặc đứng trên sàn.
- Đưa cho trẻ giấy, yêu cầu trẻ vo tròn tờ giấy thành quả cầu nhỏ
- Để “quái vật” mà phụ huynh tự làm trước mặt trẻ, cách tầm 60cm và yêu cầu trẻ ném vào miệng quái vật.
- Cho trẻ lấy giấy ra khỏi miệng quái vật để chơi lại (một số trẻ thích lấy đồ vật ra khỏi hộp như vậy)
- Khi ném hãy cùng trẻ hô “1,2,3”, khuyến khích trẻ nhìn vào mục tiêu, phụ huynh có thể hướng dẫn trẻ ném, hoặc cầm tay trẻ hỗ trợ

Biến thể

- Trước khi chơi hãy hướng dẫn trẻ vo thế nào cho đúng, phụ huynh đặt tay mình ngoài bàn tay trẻ nếu trẻ chưa làm được
- Trẻ nằm ngửa (mức 4) có thể làm công việc vo giấy, “quái vật” có thể ở gần trẻ để trẻ bỏ vào, hoặc phụ huynh ném giúp với việc nói “con nhìn này, mẹ cho quái vật ăn này”
- Trẻ đang tập đứng (mức 3 trở xuống), hãy cho trẻ chơi trên bàn vừa tầm với người, phụ huynh giữ hờ thân người để trẻ vừa chơi vừa tập tự kiểm soát thân người
- Có thể làm khó trò chơi bằng cách để “quái vật” ở vị trí xa hơn và yêu cầu trẻ di chuyển đến vị trí quy định (cách 60cm) rồi mới ném

Chú ve con



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Điều hợp mắt tay, sử dụng đồng thời 2 tay (luân phiên), cử động cánh tay
- Tăng tập trung chú ý
- Luyện tập thăng bằng

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: Giấy màu, keo, dây
- Không gian chơi: Trong nhà hoặc ngoài trời, có vị trí để móc dây, khá rộng để sợi dây được kéo dài hơn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Gấp chú ve theo video hướng dẫn
- Móc đầu sợi dây lên một vị trí cố định

Cách chơi:

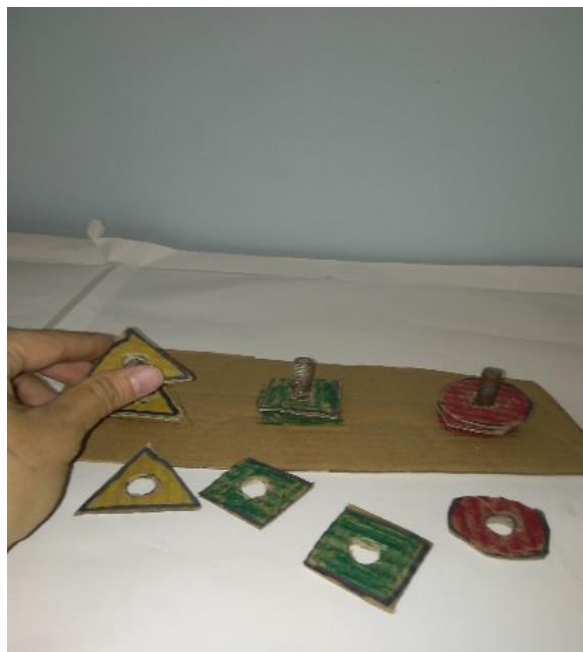
- Kéo căng hai đầu dây về phía trẻ, cho trẻ cầm mỗi tay 1 đầu dây, chú ve được kéo về gần trẻ
- Yêu cầu trẻ luân phiên hai tay kéo dây sẽ giúp chú ve di chuyển ra xa, PH kéo về lại để chơi lại
- Link video:

<https://drive.google.com/file/d/1VpScXuU9clFQnt1oGVdmsSMAN7iINzpJ/view?usp=sharing>

Biến thể

- Thiết kế thành một cuộc thi đua với cả nhà để tăng sự gắn kết, và khuyến khích trẻ cử động tay nhanh hơn, độ dài dây dài hơn sẽ khó hơn.
- Ban đầu có thể trẻ chưa biết luân phiên 2 tay mà chỉ kéo 1 bên, hãy hướng dẫn trẻ một vài lần sau đó để trẻ tự tìm ra cách chơi
- Tùy theo trẻ nằm hay ngồi thì để chú ve theo hướng thích hợp để trẻ nhìn thấy
- Nếu trẻ không nắm được đầu dây, hay buộc vào 1 vật lớn hơn mà trẻ có thể cầm hoặc cột vào tay trẻ

Xếp chồng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Kích thích trẻ vận động
- Kỹ năng nắm mở bàn tay
- Kỹ năng phối hợp mắt tay
- Tăng cảm thụ của bàn tay
- Phân biệt màu sắc

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 thùng giấy các-tông, 3 con ốc bulong cùng kích cỡ hoặc 3 cây đũa, 3 nắp bút lông, 1 hộp màu sáp, 1 cây kéo, dao rọc giấy, 1 cây bút, 1 chai keo 502
- Không gian: trên đệm, giường, sàn nhà, trên ghế đặc biệt

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Chia đôi thùng các-tông:
 - ✓ PH vẽ các hình tam giác, vuông, tròn có lỗ rỗng ở giữa bằng bút trên miếng các-tông
 - ✓ Làm khung chứa 3 con ốc bulong
- Có thể tô màu phù hợp với các hình dạng đó, dùng kéo, dao rọc giấy cắt rời các hình đó
- Vẽ các hình tương ứng lên miếng các-tông và dính chặt 3 con ốc bulong vào giữa các hình vẽ bằng keo 502

Cách chơi:

- Trẻ lấy và bỏ các khối vào vị trí đúng
- PH ngồi bên cạnh để hướng dẫn trẻ những vị trí đúng của các khối
- Link video:

<https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Khi trẻ có khả năng nắm thả vật nhưng thời gian nắm thả vật bị giới hạn, PH có thể hỗ trợ trẻ để giữ vật lâu hơn.
- Khi trẻ thích thú với việc quan sát nhưng hạn chế ở vị thế nằm PH có thể vừa chuyện trò và hướng dẫn trẻ phân biệt các khối vật khác nhau đó bằng việc đặt vào tay trẻ các khối vật đó.
- Đồ chơi có thể được đặt ở các vị trí khác nhau, từ thấp có thể lên cao và ngược lại, trái sang phải giúp trẻ di chuyển để hoàn thành trò chơi.

Bỏ vật qua lỗ



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDBT 1-2-3; VDT 1-2-3-4

- Kích thích trẻ vận động
- Chức năng nắm mở bàn tay
- Kỹ năng phối hợp mắt tay
- Thăng bằng, kiểm soát thân người
- Tăng cảm thụ của bàn tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 thùng các-tông, các bìa giấy vò đã sử dụng, các quả bóng tròn kích cỡ lớn nhỏ, màu sắc khác nhau, 1 cây kéo, dao rọc giấy, 1 hộp màu sáp, 1 cuộn băng keo, keo 2 mặt
- Không gian: trên đệm, sàn nhà rộng rãi

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Các hình tứ diện, hình hộp làm từ các bìa vò.
- Vẽ hình tròn lên miếng các-tông rồi cắt những hình tròn ra.
- Các quả bóng lớn nhỏ tùy kích cỡ.
- Thùng các-tông được khoét thành các lỗ tương thích với các hình khối đó.

Cách chơi:

- Trẻ bỏ những vật đã chuẩn bị vào những lỗ thích hợp
- Link video:

<https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Kích thích trẻ vận động PH có thể đặt đồ chơi ở vị trí khác nhau:
 - ✓ Khi nằm sấp PH có thể đặt đồ chơi ở vị trí trước mặt phù hợp tầm với của trẻ kích thích trẻ ngóc đầu.
 - ✓ Khi trẻ ngồi PH có thể đặt đồ chơi lên vị trí cao hơn nhằm giúp trẻ chuyển thể sang đứng và bỏ đồ chơi vào thùng.
 - ✓ Khi trẻ đứng PH có thể đặt đồ chơi xa hơn giúp trẻ di chuyển lại để bỏ đồ chơi vào thùng
- Khi trẻ có khả năng nắm thả vật nhưng thời gian nắm thả vật bị giới hạn, PH có thể hỗ trợ trẻ để giữ vật lâu hơn.
- Thiết kế có thể thay đổi với khả năng cầm nắm thả của trẻ có thể các quả bóng mà trẻ thích thú, hay miếng giấy được vo tròn,...
- PH có thể đặt vào tay trẻ để cảm nhận được các hình khối khác nhau.

Tàu lượn siêu tốc



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3 VĐT 1-2-3-4

- Kích thích trẻ vận động
- Kỹ năng phối hợp mắt tay
- Thăng bằng, kiểm soát thân người
- Chức năng nắm mở bàn tay
- Tăng cảm thụ của bàn tay
- Kỹ năng theo dõi của thị giác

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 thùng giấy các-tông, 4 miếng giấy các-tông cắt rời, 3 quả bóng to nhỏ trọng lượng nhẹ, hoặc 3 hạt đậu to nhỏ khác nhau, 3 tờ giấy báo, giấy nháp, 1 cây kéo, dao rọc giấy, 1 cuộn băng keo 2 mặt, 1 chai keo 502, 1 sấp giấy màu
- Không gian: trên sàn nhà, trên bàn, trên ghế đặc biệt.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- 4 miếng các-tông cắt rời được tạo hình thành khay chứa bóng
- Sau đó được cố định dọc xuống trên thùng các-tông đã được tách rời
- Cố định khung bằng cách làm một khay có cạnh đứng ở phía sau

Cách chơi:

- PH sẽ đặt đồ chơi phía trước mặt của trẻ, phù hợp tầm với của trẻ
- Trẻ sẽ thả lăn những quả bóng ở khe đựng trên cùng
- Link video:

<https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Kích thích trẻ vận động PH có thể đặt đồ chơi ở vị trí khác nhau:
 - ✓ Khi trẻ nằm sấp, nằm ngửa, nằm nghiêng đồ chơi luôn đặt phía trước mặt trẻ tạo kích thích giúp trẻ nhìn thấy vật đang chuyển động
 - ✓ Khi trẻ ngồi đồ chơi đang đặt ở vị trí thấp PH có thể đặt lên những vị trí cao hơn nhằm kích thích giúp trẻ chuyển thể từ ngồi sang đứng.
 - ✓ Khi trẻ đứng PH đặt đồ chơi xa hơn để kích thích trẻ bước đi lấy đồ chơi
- Khi trẻ thích thú với việc quan sát nhưng hạn chế ở vị thế nằm PH có thể vừa chuyện trò và thả những quả bóng hay những hạt đậu để trẻ quan sát chuyển động của chúng.
- Quả bóng có thể thay bằng những mẫu giấy vo tròn, hay những viên bi nhỏ, khung bằng thùng các-tông có thể thay bằng tường nhà.

Xỏ dây



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Kỹ năng phối hợp mắt tay, tập trung
- Chức năng nắm mở bàn tay
- Kỹ năng linh hoạt của các ngón tay
- Kỹ năng phối hợp 2 tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 miếng giấy các-tông, 1 cuộn dây, 1 cây kéo, dao rọc giấy, 1 hộp màu sáp
- Trò chơi phù hợp với mọi không gian.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Miếng giấy các-tông được vẽ các hình tròn vuông, tam giác có lỗ rỗng ở giữa to nhỏ khác nhau
- 1 miếng các-tông lớn nhưng lỗ xỏ nhỏ nhất, 1 sợi dây
- Tô màu lên miếng các-tông tăng tính sinh động, cắt miếng các-tông thành các miếng rời

Cách chơi:

- Thắt nút của sợi dây
- PH xỏ miếng các-tông lớn có lỗ xỏ nhỏ nhất vào đầu tiên
- Trẻ xỏ các miếng các-tông nhỏ còn lại
- PH có thể hướng dẫn trẻ với miếng các-tông có lỗ lớn thì xỏ sẽ dễ hơn
- Link video:

<https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Các miếng các-tông có thể thay bằng các mẫu ống hút được cắt rời, lõi của cuộn giấy vệ sinh.
- Khi các miếng các-tông xỏ thành chuỗi PH có thể làm vòng đeo cho trẻ tạo hứng thú với sản phẩm làm ra.

Chong chóng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Kích thích trẻ vận động
- Kỹ năng phối hợp mắt tay
- Kỹ năng đổi theo của thị giác

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 bìa vở, 1 cây kéo, 2 cây đũa, 1 cuộn dây, 1 sấp giấy màu
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Bìa vở được vẽ tạo hình thành chong chóng có các lỗ xâu thích hợp
- Mỗi cánh của chong chóng sẽ được dán giấy màu tăng tính sinh động
- 1 cây đũa sẽ được cắt ngắn xâu xuyên qua phần lỗ thích hợp
- Cây đũa còn lại làm tay cầm được cố định vuông góc với cây đũa kia

Cách chơi:

- Trẻ xoay chong chóng có thể bằng tay hoặc thổi
- Link video:
<https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Khi trẻ hứng thú với đồ chơi PH có thể kích thích trẻ chuyển thể từ các vị thế:
 - ✓ Trẻ nằm sấp ngóc đầu PH có thể đặt đồ chơi phía trước tầm với của trẻ
 - ✓ Trẻ tập trườn sang bò PH có thể đặt đồ chơi xa hơn
 - ✓ Trẻ tập ngồi sang đứng PH có thể đặt đồ chơi ở vị trí cao hơn
 - ✓ Trẻ đứng PH có thể đặt đồ chơi xa hơn để kích thích di chuyển tới lấy
- PH có thể cầm hỗ trợ để trẻ thổi chong chóng xoay, cầm tay trẻ hỗ trợ làm chong chóng xoay.
- PH có thể đặt chong chóng ở trên khung tập đi để kích thích trẻ đi để chong chóng xoay, trên xe đẩy bé đi dạo PH có thể đặt chong chóng phía trước tạo thích thú cho trẻ

Thả vòng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Kích thích trẻ vận động
- Kỹ năng kiểm soát, phối hợp các cử động của chi trên
- Kỹ năng tập trung vào một điểm đã cố định
- Thăng bằng

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 thùng giấy các-tông, 3 lõi của cuộn giấy vệ sinh hoặc miếng giấy các-tông, 1 cây kéo, dao rọc giấy, 1 cuộn băng keo 2 mặt, 1 chai keo 502, 1 hộp màu sáp
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH cắt các vòng tròn như hình từ các miếng các-tông trên
- Các miếng các-tông có thể được tô màu tăng tính sinh động
- Khung trụ chứa các vòng có chân để được cố định trên thùng các-tông

Cách chơi:

- Trẻ ném các vòng vào khung trụ
- PH sẽ đặt khung trụ vừa tầm với trẻ, hướng dẫn trẻ để ném vòng vào khung trụ
- Link video:

<https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Khi trẻ có khả năng nắm thả vật nhưng thời gian nắm thả vật bị giới hạn, PH có thể hỗ trợ trẻ cùng thả vòng.
- Các vòng có thể đặt đặt trong tay, chân. Trẻ được hướng dẫn lấy các vòng đó ra.
- Khung trụ chứa vòng có thể đặt trên cao, xa hơn nhằm kích thích trẻ di chuyển để thả vòng.
- Khung trụ có thể được thiết kế có nhiều nhánh giúp trẻ treo ở các vị trí khác nhau.

Sổ tay nhận dạng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Kỹ năng linh hoạt của ngón tay
- Tăng khả năng tư duy
- Gia tăng khả năng nhận biết về màu sắc, hình ảnh kỹ năng quan sát, phán đoán

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 cuốn vở, 2 bìa giấy các-tông, 1 hộp màu sáp, 1 cây bút, 1 cuộn dây, 1 cây kéo, dao rọc giấy
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cắt phần trong của quyển vở thành 3 phần bằng nhau
- 2 miếng giấy các-tông, hoặc bìa vở sẽ làm bìa của sổ
- Đóng cố định cuốn sổ ở 3 vị trí bằng cách xuyên sợi dây qua 3 vị trí đó
- PH có thể lật các trang của các phần 1, 2, 3 tùy ý của sổ để vẽ các hình sinh động. Có thể là một biểu cảm khuôn mặt, có thể là một con vật, một loại trái cây,...

Cách chơi:

- PH đưa ra một câu đố yêu cầu trẻ lật tìm các hình dáng khớp với yêu cầu. Ví dụ: Trẻ tìm một khuôn mặt đang cười, một khuôn mặt đang buồn hay là một con mèo, một con chó, một con heo, một cái bàn, một cái ghế, một trái lê, một trái xoài,...
- Trẻ sẽ lật các trang hình đúng yêu cầu của PH
- <https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Ở những trang giấy trắng PH có thể để bé tự vẽ các hình thù trẻ mong muốn.
- PH chơi với trẻ khi lật từng trang sổ và trò chuyện cùng trẻ.

Xúc sắc cảm xúc



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Hỗ trợ biểu đạt cảm xúc
- Kỹ năng theo dõi của thị giác
- Khả năng cảm nắm linh hoạt chi trên
- Phối hợp hoạt động chi trên và thân mình
- Kỹ năng phối hợp 2 tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 thùng giấy các-tông, 1 cây kéo, dao rọc giấy, 1 cây bút, 1 hộp màu sáp, 1 chai keo 502, 1 cuộn băng keo, keo 2 mặt
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Vẽ tạo hình xúc sắc trên bìa giấy các-tông
- Mỗi mặt của cục xúc sắc PH có thể vẽ các biểu cảm khuôn mặt khác nhau và tô màu
- Cắt và dán cục xúc sắc

Cách chơi:

- Trẻ thả xúc sắc và làm biểu cảm tương ứng với mặt xúc sắc trẻ thả được.

- Link video:

<https://drive.google.com/drive/folders/1yjfR2MswiyJV3zFKwDSb6SAhsFbaQyXT>

Biến thể

- Cho trẻ biểu đạt cảm xúc của mình cho các mục của đời sống.
- Trẻ có thể ôm cục xúc sắc với kích thước lớn.
- Trẻ thả đúng mặt xúc sắc với yêu cầu của PH.

Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn VLTL-PHCN

Chơi trị liệu với đất sét



Thổi banh



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2 ; VĐT 1-2-3

- Phối hợp hoạt động giữa mắt tay
- Gia tăng kiểm soát tư thế và thân mình

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: Mặt phẳng cứng (bàn, sàn nhà, tấm bảng, bìa cứng), banh nhựa nhỏ (đường kính 4-5cm), ống hút (1cái)
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH dùng đất sét tạo hình thành lẻ đường hai bên (hình trên) trên mặt bàn, mặt sàn hoặc tấm bảng cứng. Có thể bố trí hình dáng con đường theo ý thích của trẻ.

Cách chơi:

- Cho trẻ ngậm ống hút, PH yêu cầu trẻ thổi banh đi theo con đường đó sao cho tới được đích cuối cùng của con đường, đối với trẻ không sử dụng tay được PH trợ giúp cầm ống hút cho trẻ thổi.

Biến thể

- Dùng đất sét tạo thành mê cung hay con đường để trẻ có thể dùng tay chơi với viên bi hoặc ô tô đồ chơi.



Trang trí đất sét



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2 ; VĐT 1-2-3-4

- Phát triển hoạt động chức năng phối hợp của cổ tay, bàn tay, ngón tay
- Duy trì tư thế, phối hợp cử động giữa tay, chân và thân mình
- Phát triển tư duy về thẩm mỹ, thị giác của trẻ

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: đất sét, tấm kính (cửa sổ) hay mica
- Không gian: Đứng chơi gần cửa sổ hoặc bảng làm bằng kính, ngồi chơi trên sàn, nằm chơi với bàn kính.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH chuẩn bị một tấm kính (có thể chơi trên kính cửa sổ) hoặc bảng mica dựng sẵn hoặc có thể để dưới đất cùng không gian cho trẻ chơi trò chơi

Cách chơi:

- PH hướng dẫn trẻ tạo hình đất sét thành từng viên nhỏ sau đó dính chúng lên tấm kính hoặc tấm mica, sau đó yêu cầu trẻ có thể tạo hình đất sét thành bất cứ hình dạng nào trẻ muốn để dính lên kính.

Biến thể

- PH dùng bàn có mặt kính cho trẻ nằm dưới bàn để dính đất sét lên mặt bàn để trang trí theo ý thích của trẻ.

Di chuyển trên đất sét



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3

- Kích thích cảm giác nông, cảm giác sâu của trẻ
- Phối hợp vận động thân mình, bàn chân, cổ chân, khớp hông, gối của trẻ trong trạng thái quỳ 4 điểm, đứng, bò hay đi lại
- Tập luyện thăng bằng, duy trì tư thế cho trẻ.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: đất sét
- Không gian: trên sàn hoặc trên nệm

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH tạo ra những khối đất sét có hình dạng theo ý thích của trẻ, bố trí những miếng đất sét trên nệm hay sàn nhà thành đường đi theo đường thẳng hoặc ziczac.
- PH có thể bố trí những phần thưởng hoặc những đồ chơi khiến trẻ hứng thú ở đích

Cách chơi:

- Cho trẻ dùng chân giẫm lên khối đất sét trong quá trình trẻ đứng để trẻ cảm nhận, có thể cho trẻ bò trên đất sét với hai tay và hai đầu gối trên đất sét.
- Nếu trẻ gặp khó khăn trong việc duy trì tư thế, PH có thể trợ giúp trẻ duy trì tư thế và yêu cầu trẻ di chuyển tới trước

Biến thể

- Kết hợp với các môi trường vật chất khác như vải, hạt, cát, nước cho trẻ cảm nhận sự khác nhau giữa các môi trường.

Cán bột



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1,2; VĐT 1,2,3

- Phát triển sự phối hợp hoạt động 2 bàn tay, cổ tay và ngón tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Dụng cụ cán bột (chày, chai nước, chai thủy tinh)
 - ✓ Đất sét hoặc bột dẻo có pha thêm màu
 - ✓ Các vật liệu khác: lá cây, hạt đậu, gạo, sỏi...
- Không gian: trên sàn nhà, hoặc ngồi trên ghế để chơi trên bàn

Hướng dẫn cách chơi

Cách chơi:

- Cho trẻ dùng chày cán bột cán mỏng bột, có thể rải thêm các vật liệu khác (xốp, lá cây, hoa, ...) lên bột để cán cùng để cho ra những hình thù khác nhau với đất sét.
- PH có thể làm mẫu cho trẻ trước để trẻ thực hiện theo, khuyến khích trẻ tự thực hiện nhiều hơn và chơi theo ý thích của trẻ.

Mì ống và đất sét



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2; VĐT 1-2-3

- Phối hợp hoạt động mắt và tay
- Cải thiện hoạt động, sức mạnh chi trên, sự khéo léo linh hoạt của các ngón tay.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Đất sét
 - ✓ Mì ống kích thước lớn
 - ✓ Ống hút nhựa hoặc thanh tre dài
- Không gian: chơi trên sàn, bàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH chuẩn bị đất sét làm phần đế cắm cho trẻ

Cách chơi:

- PH yêu cầu trẻ dùng que tre hoặc ống hút nhựa cắm thẳng đứng trên đất sét, cho trẻ dùng tay cầm mì ống xâu vào từng que đã cắm sẵn trên đất sét.

Đất sét và banh gai



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2; VĐT 1-2-3-4

- Gia tăng cảm giác vùng bàn tay cho trẻ
- Phối hợp hoạt động thân mình và cánh tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Đất sét
 - ✓ Banh gai hoặc banh có hoạt tiết chạm nổi (đường kính từ 4-6cm)
- Không gian: trên sàn nhà, trên bàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH dàn mỏng đất sét hoặc tạo những miếng đất sét có độ dày vừa phải bố trí với khoảng cách khác nhau trên khay hoặc sàn nhà.

Cách chơi:

- Cho trẻ cầm banh gai hay banh có hoạt tiết nổi ấn lên tự do di chuyển trái banh trên nền đất sét tạo ra các họa tiết trẻ yêu thích.
- Đối với những trẻ không tự ngồi được PH đặt trẻ ngồi trên ghế có nâng đỡ đầu cổ để trẻ chơi trên bàn.

Biến thể

- Có thể thay thế trái banh bằng các vật dụng khác có họa tiết trẻ thích để in lên nền đất sét ví dụ vỏ sò hoặc đẩy xe ô tô đồ chơi trên nền đất sét.

Thu dọn - nhặt vật với SLIME



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2; VĐT: 1-2-3

- Phối hợp hoạt động thân mình, hai bàn tay
- Kích thích trẻ hoạt động, dịch chuyển

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Đất sét (hoặc slime là chất có tính dẻo hơn đất sét)
 - ✓ Các hạt nhựa đồ chơi, đậu
- Không gian: chơi trên sàn hoặc chơi trên bàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH dùng các hạt hay đồ chơi rải lên khay đựng hoặc mặt bàn hoặc sàn nhà tùy theo không gian muốn trẻ di chuyển.

Cách chơi:

- Cho trẻ sử dụng khối đất sét hay slime lăn qua những hạt hoặc vật có kích thước vừa phải rải sẵn trên khay, sàn nhà hay mặt bàn để thu thập lại những vật đó vào khối đất sét, trẻ di chuyển có thể bò, trườn, vươn ra trước để điều khiển khối đất sét thu thập hết các hạt vương vãi trên sàn nhà, hoặc cho trẻ lấy các vật đã dính sẵn trong khối slime hay đất sét ra.

Lưu ý an toàn: PH cần theo dõi trẻ tránh việc trẻ bỏ banh, hạt vào mũi, miệng.

Biến thể

- Cho trẻ tìm vật giấu sẵn hay đặt sẵn trong khối slime hoặc đất sét
- Link video: <https://drive.google.com/file/d/1X2LwUj481neQmqPWVwB-WhpeBnKBCRjh/view>

Thổi bong bóng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3-4

- Khơi gợi sự thích thú cho trẻ
- Phối hợp mắt tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Slime (có độ dẻo cao)
 - ✓ Ống hút (1 cái)
- Không gian: chơi dưới sàn, trên bàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Đặt khối slime sao cho phù hợp với tư thế đạt được của trẻ (nên chơi trên bàn)

Cách chơi:

- Cho trẻ dùng ống hút cắm ngập vào khối slime sau đó thổi để tạo bong bóng với những trẻ không thể sử dụng tay PH trợ giúp trẻ cầm ống hút cho trẻ thổi, những trẻ không duy trì tư thế ngồi được PH cho trẻ ngồi trên ghế có nâng đỡ đầu cổ để chơi.
- Link video:

<https://drive.google.com/file/d/1WAXgzk55vhcPEiVNVf9AqIZ-Sy3kilwi/view>

Thu hoạch trái cây



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2; VĐT 1-2-3

- Cải thiện sức mạnh chi trên, sự linh hoạt của bàn tay và các ngón tay
- Phối hợp hoạt động mắt tay.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: đất sét, búa, tấm bìa cứng và màu vẽ, keo 2 mặt
- Không gian: đứng chơi, ngồi chơi trên sàn nhà.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH vẽ hình cây lên tấm bìa sau đó dùng keo dính đất sét (đã bỏ ngăn đá) lên tán cây tạo thành quả.

Cách chơi:

- Cho trẻ cầm búa gỗ vào quả cho quả vỡ

Biến thể

- Có thể dùng những vật liệu khác (lá cây, đồ chơi) dính lên cây cho trẻ sử dụng tay thu hoạch cho vào giỏ

Học chữ cái với đất sét



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2; VĐT 1-2-3

- Gia tăng cảm giác bàn tay
- Phối hợp hoạt động cổ tay, bàn tay, ngón tay
- Gia tăng nhận thức

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: bảng mẫu chữ cái vẽ sẵn, đất sét
- Không gian: nằm trên bờ xiên hoặc ngồi trên sàn hoặc ngồi chơi trên bàn

Hướng dẫn cách chơi

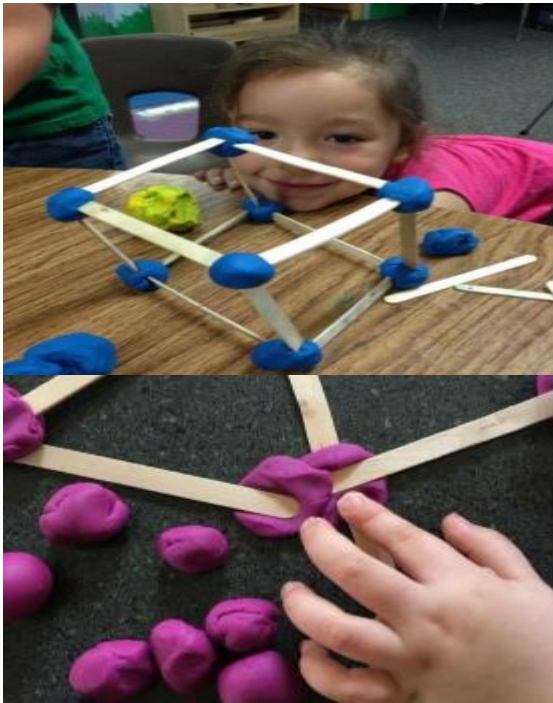
Cách chơi:

- Cho trẻ dùng đất sét trét lên bảng mẫu theo hình mẫu chữ cái vẽ sẵn trên bảng sao cho đúng thứ tự và hoàn chỉnh mẫu chữ

Biến thể

- Để thay đổi có thể thay chữ cái bằng các con số, hình các con vật, hoa vv...

Trò chơi kiến trúc với đất sét



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2; VĐT 1-2-3-4

- Phối hợp hoạt động chức năng cổ tay, ngón tay, bàn tay
- Phát triển nhận thức về không gian lập thể.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: que tre hoặc ống hút hoặc que kem bằng gỗ có chiều dài bằng nhau, đất sét
- Không gian: ngồi trên sàn hoặc ngồi chơi trên bàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH tạo những khối đất sét có kích thước tương tự nhau để chuẩn bị cho trẻ chơi

Cách chơi:

- Cho trẻ dùng đất sét nối các thanh tre hoặc que kem thành hình thể trẻ muốn (khối lập phương, ngôi nhà) có thể là hình 2D, 3D tùy theo ý thích của trẻ, đối với những trẻ không thể duy trì tư thế ngồi có thể để trẻ chơi trong tư thế nằm sấp trên bờ xiên.

Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn VLTL-PHCN

Chơi trị liệu với hạt



Vẽ trên bột



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3

- Gia tăng cảm giác ở vùng bàn tay
- Cử động linh hoạt các ngón tay.
- Tập mạnh chi trên.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: các loại bột (vd: bột mì, bột năng,...), 1 cái bàn vừa tầm với trẻ
- Không gian chơi: trẻ chơi trong nhà.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH đổ bột ra và rải đều trên mặt bàn.

Cách chơi:

- Trẻ đứng hoặc ngồi trên ghế để chơi.
- PH hướng dẫn trẻ dùng ngón tay vẽ hình mặt cười, trái tim, mặt trời, hình vuông,... Có thể nắm tay trẻ hỗ trợ hoặc để trẻ tự làm.
- PH có thể khuyến khích trẻ bằng lời nói khi trẻ vẽ xong 1 hình hoàn chỉnh.

Lưu ý an toàn: tránh để trẻ dùng tay dụi mắt.

Biến thể

- Trẻ ngồi bệt dưới sàn để chơi và bột được rải trực tiếp xuống nền nhà hoặc bỏ vào trong 1 cái khay.
- Tương tự, trẻ có thể nằm sấp để chơi (có chêm lót ở phía trước ngực để trẻ có thể thoải mái khi chơi).

Tạo hình với cát



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3

- Tăng sức mạnh ở các cơ vùng bàn tay
- Cải thiện khả năng cầm nắm
- Gia tăng cảm giác bàn tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: cát (cát thường, cát động lực), 1 cái khay và các khung hình bằng nhựa, hoặc gỗ, chén nhỏ, muỗng, 1 cái bàn.
- Không gian chơi: trẻ chơi trong nhà hoặc ngoài sân.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Đặt cát và khay đựng lên 1 cái bàn phù hợp với chiều cao của trẻ hoặc để dưới sàn nhà

Cách chơi:

- Trẻ ngồi trên ghế, sử dụng muỗng hoặc tay để xúc cát vào khung sau đó nén chặt cát.
- Úp ngược khung, vỗ nhẹ để cho ra sản phẩm, PH có thể hỗ trợ ở bước cuối nếu trẻ chưa làm được.
- PH khuyến khích, tạo hứng khởi cho trẻ khi trẻ làm tốt.

Lưu ý an toàn: tránh để tay trẻ dụi vào mắt khi chơi hay bỏ vào miệng.

Di chuyển hạt trong nước



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2-3; VĐT 1-2-3

- Gia tăng cảm giác ở vùng bàn tay, chân.
- Tập vận động chi trên, chi dưới
- Tập luyện thăng bằng.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 2 túi zip lớn, các loại hạt (đậu, gạo), băng dính
- Không gian chơi: trẻ chơi trong nhà.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH cho nước, các loại hạt (có thể cho các hạt đậu đã nấu chín) vào túi sao cho không quá căng, dùng các băng dính cố định trên sàn nhà

Cách chơi:

- Cho trẻ nằm sấp hoặc ngồi trên sàn dùng tay ấn vào hạt để chúng di chuyển qua lại, trẻ có thể dùng tay đập cho các hạt dẹp xuống. Ngoài ra, có thể dùng chân dẫm lên.
- PH khuyến khích trẻ và cùng tạo không khí vui vẻ.

Lưu ý: khi chơi túi có thể bị vỡ, nước gây trơn trượt dễ té ngã hay trẻ bỏ các hạt vào miệng gây hít sặc. Đảm bảo an toàn trong suốt quá trình chơi.

Biến thể

- PH có thể rút bớt nước trong túi và vẽ các hình con vật bên ngoài túi. (Vd: vẽ hình con cá với cái miệng to, lúc này bảo: con hãy cho cá ăn đi, trẻ dùng tay di chuyển các hạt vào miệng cá đến khi gần hết.)
- Ở tư thế ngồi, cố định túi dưới sàn nhà và xếp túi xung quanh trẻ với khoảng cách phù hợp. Lúc này trẻ với tay về các phía đập tay vào các hạt nhằm tăng cử động chi trên, ổn định thân người
- Trẻ trong giai đoạn tập đứng, trẻ có thể chơi ở tư thế đứng. Các túi được xếp trên bàn để trẻ đập tay hoặc xếp thành 1 đường thẳng (khoảng 3-4 xếp cách xa nhau) trẻ đi theo đường thẳng. PH có thể hỗ trợ nắm ở tay dắt trẻ đi thăng bằng hơn, hạn chế té ngã.

Vắt sữa bò



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐBT 1-2; VĐT 1-2-3

- Tăng lực nắm ở bàn tay
- Tăng khả năng cầm nắm đồ vật
- Kiểm soát cổ, thân người

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 2-3 bao tay cao su (hoặc ni lông), nước (hoặc nước màu), 2 cái ly.
- Không gian chơi: Trẻ chơi trong nhà hoặc ngoài sân.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH cho nước vào túi và treo lên vừa tầm với của trẻ, đâm 1 lỗ nhỏ ở các đầu bao tay.

Cách chơi:

- Cho trẻ nắm dùng tay bóp cho nước bên trong chảy vào ly. PH có thể chơi cùng trẻ, thi ai vắt sữa bò nhanh hơn.

Biến thể

- Nếu trẻ có thể ngồi, đứng hãy cho trẻ chơi ở tư thế đó và treo túi nước ở độ cao phù hợp mà trẻ có thể chạm tới.

Đổ hạt đậu vào chai



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3, VDBT 1

- Gia tăng khả năng phối hợp hai tay và mắt
- Tập luyện chi trên

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 thau (hộp) nhựa lớn, đậu (500g), 1 vá xúc, 2 chai (lọ), 1 phễu (hoặc sử dụng 1/3 trên chai nhựa)
- Không gian chơi: trẻ có thể chơi trong nhà, ngoài sân.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Đổ đậu vào thau và cho các dụng cụ khác vào. Đặt dưới nền nhà

Cách chơi:

- Trẻ đặt phễu lên miệng chai, giữ cố định và dùng vá xúc hoặc dùng tay lấy đậu đổ vào phễu.
- PH hướng dẫn trẻ đổ đậu vào chai thông qua phễu cho đến khi đầy chai.

Biến thể

- Nếu trẻ chưa thể làm ở tư thế ngồi, chúng ta có thể cho trẻ nằm sấp và chêm 1 cái gối trước ngực để trẻ sử dụng 1 hoặc 2 tay lấy đậu và PH trợ giúp giữ cố định phễu.
- Nếu trẻ thực hiện tốt, cho trẻ xúc đậu trực tiếp đổ vào chai mà không cần phễu (có thể thay bằng các hạt nhựa nhiều màu sắc)
- *Lưu ý:* khi chơi không cho trẻ bỏ đậu vào miệng tránh hít sặc hoặc hóc.

Truy tìm kho báu



Mục đích trị liệu

VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Gia tăng cảm giác vùng bàn tay
- Tăng khả năng cầm nắm

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: thùng giấy, gạo (hoặc cát, xốp), đồ chơi hình khối (vuông, tam giác..) các loại quả, các nắp chai, kẹo.
- Không gian rộng rãi, thoáng mát.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Khoét 2 lỗ ở mặt trên của thùng. Bỏ đồ chơi vào thùng sau đó cho gạo vào để che lấp đồ chơi

Cách chơi:

- PH hướng dẫn trẻ dùng 1 hoặc 2 tay để lấy đồ chơi ra bỏ lên bàn. Trẻ có thể ngồi trên bàn, dưới nền nhà

Biến thể

- Trẻ có thể nằm sấp để lấy vật trong thùng
- Đặt rổ cách thùng khoảng 0.5 - 1m, để trẻ lấy đồ chơi bỏ vào rổ, hoặc kê bàn cao để trẻ ngồi lấy vật dưới đất lên bàn.

Ném túi cát



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Giúp gia tăng sức mạnh của bàn tay
- Tăng khả năng phối hợp mắt - tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: túi vải (hoặc túi ni lông), cát hoặc gạo, phân
- Không gian chơi: chơi trong nhà, ngoài sân rộng, thoáng mát

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Chuẩn bị 3-5 túi cát trọng lượng 100-200g.
- Dùng phấn vẽ các vòng tròn to - nhỏ cách 1m từ vị trí ném.

Cách chơi:

- Trẻ đứng ở vạch ném túi cát vào vòng tròn.
- PH cổ vũ trẻ và khen thưởng khi trẻ ném trúng đích.

Biến thể

- Nếu trẻ chưa đứng được có thể cho trẻ chơi ở tư thế:
 - ✓ Nằm: giảm trọng lượng túi xuống, có thể hỗ trợ cầm nắm ở tay (hoặc không nếu trẻ đã cầm được) ném túi xa nhất có thể và ngày càng tăng dần khoảng cách.
 - ✓ Ngồi: dùng 1 hoặc 2 tay ném vào các vòng tròn lớn, nhỏ tùy vào khả năng, có thể thay đổi trọng lượng túi cát nặng hơn.

Làm bánh bằng bột



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VDBT 1

- Tập vận động chi trên
- Gia tăng cảm giác vùng bàn tay
- Tăng khả năng phối hợp 2 tay, mắt - tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: bột (vd: bột mì, gạo) 200-300g, nước, các khung hình nhựa, 1 cái ống nhựa (đường kính 4-5 cm, dài 15-20cm), 1 khay nhựa.
- Không gian chơi: thoáng mát.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH nhào bột với nước sao cho hỗn hợp không quá nhão. Đặt hỗn hợp bột vào khay
- Cách tạo khung hình: PH có thể cắt khoanh chai nhựa cỡ 500ml cao 2-3cm, dùng lửa hơi các cạnh để tránh tổn thương trẻ, có thể hơi lửa quanh các cạnh rồi uốn thành các hình mong muốn.

Cách chơi:

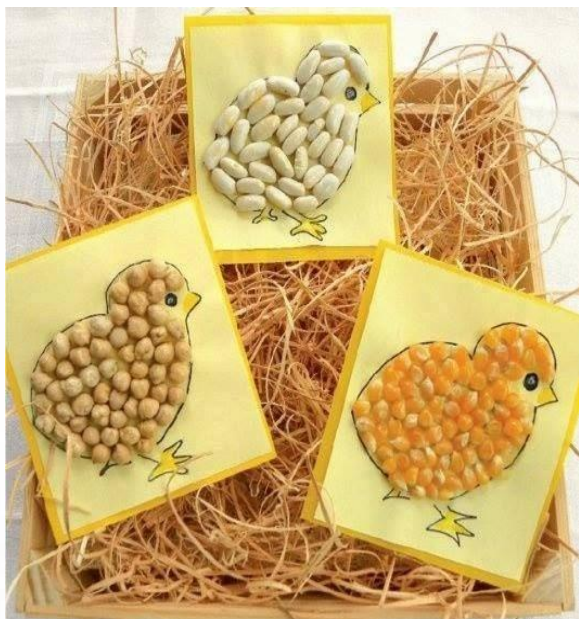
- Trẻ ngồi trên bàn hoặc dưới nền nhà dùng ống nhựa lăn cho bột mỏng dần và rắc 1 ít bột khô lên.
- Sau đó dùng khung nhựa ấn mạnh xuống tạo thành hình và lấy hình vừa tạo ra khỏi khung.

Lưu ý an toàn: quan sát trẻ trong quá trình chơi tránh để trẻ dụi tay vào mắt hay bỏ vào miệng, phải lau sạch tay trẻ sau khi chơi.

Biến thể

- Trong giai đoạn trẻ tập đứng, có thể cho trẻ đứng để chơi nhằm gia tăng khả năng thăng bằng
- Ngoài ra trẻ có thể nằm sấp để chơi, PH hỗ trợ lăn bột (nếu trẻ chưa làm được) và lấy khuôn ấn vào tạo hình trẻ thích.
- Đối với trẻ mà chức năng chi trên đạt mức 2 trở lên, có thể cho trẻ tham gia quá trình làm bột (vd: cho trẻ đổ bột vào tô hay khuấy bột cùng).

Làm thiệp xinh



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Phát triển cử động tinh vi bàn tay, sử dụng kẹp 2 ngón và đối ngón
- Tăng cử động toàn cánh tay
- Tăng tập trung chú ý.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Hạt nhiều màu đủ kích thước: hạt gạo pha màu, hạt đậu đen, đậu đỏ, đậu ngự
 - ✓ Băng keo 2 mặt, hồ dán
 - ✓ Giấy A4 cứng, bút lông
 - ✓ Chén đựng đậu
- Không gian chơi: bàn và ghế phù hợp, chơi trong nhà.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Chuẩn bị các chén đựng đậu khác nhau
- Lấy bút lông vẽ hình bất kì lên giấy (hoặc có thể in từ máy tính); ưu tiên những hình ảnh to, đơn giản
- Tra hồ dán kín hình, hoặc dán keo 2 mặt

Cách chơi:

- Yêu cầu trẻ dùng 2 ngón tay trỏ và ngón cái, gắp từng hạt dán cho kín hình vẽ
- Khi trẻ hoàn thành bức tranh hãy khen ngợi trẻ và thưởng món ăn trẻ thích ăn
- PH nên nói chuyện với trẻ con đang làm hình gì, ý nghĩa là gì, để cho trẻ tự do chọn hạt trẻ thích

Lưu ý an toàn: Không để trẻ chơi một mình, luôn để ý trẻ để tránh trẻ bỏ hạt vào miệng.

<https://drive.google.com/file/d/1CDtZ7BgfykT7PcH1qkMIY84sS8vj8eB6/view?usp=sharing>

Biến thể

- Sử dụng đĩa lớn và đổ ít hạt sẽ dễ hơn cho bé gắp từng hạt, nên dùng hộp có thành cao
- Hạt to như đậu ngự dễ hơn hạt đậu đỗ xanh
- Nếu trẻ không thể sử dụng ngón tay linh hoạt, PH cầm bàn tay trẻ, giữ 3 ngón giữa, áp út và ngón út, đặt ngón cái theo ngón cái của trẻ, ngón trỏ theo ngón trỏ của trẻ, hỗ trợ trẻ khi chơi
- Với những trẻ có thể sử dụng ngón tay nhưng không thể làm độc lập động tác kẹp với ngón trỏ và ngón cái mà thường sử dụng cả bàn tay, hãy yêu cầu trẻ vừa chơi vừa giữ một cục gôm bằng ba ngón còn lại
- Không cho trẻ nằm sấp khi chơi trò này, khoảng cách gần có thể làm trẻ hít phải hạt đậu

Bảng vẽ bằng hạt



Sprinkle Sensory Bag



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Tăng cử động cánh tay
- Nhận dạng mặt số, chữ cái
- Tập luyện các cơ bàn tay, làm tiền đề bắt đầu sử dụng bút
- Kích thích cảm giác

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Hạt nhiều màu nhỏ: hạt gạo pha màu, hạt đậu đen, đậu đỏ
 - ✓ Băng keo lớn, giấy trắng
 - ✓ Túi zip, túi nilon lớn dày
 - ✓ Que đè lưỡi, que đầu tròn
 - ✓ Bàn chơi
- Không gian chơi: trong nhà

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cho đậu vào túi zip rồi dán miệng túi lại, cho đậu vừa phải tầm $\frac{1}{2}$ túi, sao cho khi để túi lên bàn và giã hạt ra đều túi, túi đẹp và không phồng lên là tốt.
- Đặt 1 tờ giấy trắng lên bàn, đặt túi đậu lên giấy, dàn đều đậu trong túi, dùng băng keo lớn dán 4 cạnh cố định túi với bàn.

Cách chơi:

- Đưa trẻ cầm que đè lưỡi (sử dụng que tròn tránh que đầu nhọn làm rách túi), bày cho trẻ viết số và chữ bằng cách gạch các đường trên túi, các hạt tách ra 2 bên còn lại màu trắng tạo nên hình.
- Muốn xóa hình vẽ, hãy kêu bé dùng tay xoa giã đều các hạt lại như cũ.

https://drive.google.com/file/d/1Fe9F1F_dyx2NuokeVxyGkkEdqJN9kCjG/view?usp=s_haring

Biến thể

- Ban đầu nên là PH cầm tay trẻ vạch các đường và số, sau đó cho trẻ tự cầm, nếu que quá nhỏ, hãy quấn thêm vải vào que để vừa với tay trẻ.
- Buộc thêm dây nối với cổ tay nếu trẻ hay làm rớt que.
- Có thể dán xuống đất với trẻ có thể nằm sấp, với trẻ chỉ nằm ngửa, PH có thể dán lên 1 tấm các-tông lớn để chơi.

Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn VLTL-PHCN

Chơi trị liệu với vải



Buộc tóc di động



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Tập luyện nhóm cơ vùng chi trên.
- Gia tăng khả năng linh hoạt các ngón tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ 5-10 dây thun cột tóc
 - ✓ 1 khúc gỗ/inox tròn, dài 20-25 cm (như hình)
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cố định khúc gỗ hoặc vịn thanh gỗ để giúp trẻ dễ dàng chơi.

Cách chơi:

- Trẻ: bỏ lần lượt dây thun cột tóc vào khúc gỗ/inox.
- Trò chơi hoàn thành khi trẻ bỏ hoàn toàn số dây thun vào khúc gỗ/inox.
- PH: khuyến khích trẻ chơi, có thể tạo 1 cuộc đua xem ai bỏ vào nhanh hơn.

Biến thể

- Đóng 2 đinh gần nhau để trẻ móc dây thun vào 2 đinh.
- Sử dụng dây thun nhiều màu, yêu cầu trẻ bỏ dây thun theo thứ tự màu mà PH yêu cầu: đỏ → vàng → xanh...
- Tạo 3 cột cố định theo 3 màu, sau đó hướng dẫn trẻ phân loại dây thun theo màu.

Rút dây



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VDBT 1-2

- Tập luyện chi trên.
- Sử dụng linh hoạt nhóm cơ vùng bàn tay.
- Tập luyện cảm giác (thay đổi chất liệu vải).
- Khả năng phối hợp mắt-tay.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Vải/ dây thun dài
 - ✓ Lõi giấy vệ sinh (hộp rỗng)
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH tạo những lỗ nhỏ trên cuộn giấy, sau đó, cắt vải thành các sợi dài và luồn vào các lỗ đã tạo trước đó.

Cách chơi:

- Trẻ: cho trẻ nằm, ngồi, đứng tùy mức độ, dùng tay kéo các sợi vải xuống.
- PH: hướng dẫn trẻ thực hiện, có thể hỗ trợ trẻ nếu trẻ không làm được.

Biến thể

- Tạo lỗ 2 đầu chai, luồn dây vào chai và hướng dẫn trẻ rút dây ra khỏi chai. Có thể treo chuông ở 2 đầu dây tạo âm thanh vui tai.
- Hoặc sử dụng hộp đựng giấy ăn, bỏ vải vào và hướng dẫn trẻ rút ra.
- Hoặc đặt vải ra xa so với trẻ, hướng dẫn trẻ với tới để rút dây ra, hoặc yêu cầu trẻ rút dây theo màu, theo thứ tự, kèm theo đếm số lượng dây đã rút ra.

Se chỉ luồn kim



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Tăng sức mạnh cơ chi trên
- Cải thiện vận động tinh ngón tay
- Tăng khả năng phối hợp mắt - tay
- Học kỹ năng

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: bìa cứng
- ✓ Dụng cụ bấm lỗ
- ✓ Dây (len, dây giày, dây dù, dây tim, dây lụa vv...)
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH dùng dụng cụ bấm lỗ tạo ra những lỗ tròn theo các hình dạng tùy ý như hình vuông, tròn, trái tim, ngôi sao, bông hoa vv...

Cách chơi:

- PH cùng với trẻ dùng dây lần lượt xỏ lên rồi xuống vào lỗ của bìa cứng, đến khi không còn lỗ nào trên bìa cứng nữa thì trò chơi hoàn thành.

Biến thể

- PH có thể dùng tấm bìa có hình con vật trẻ thích để gây thêm hứng thú cho trẻ.
- PH có thể tập cho trẻ học kỹ năng xỏ dây giày bằng cách vẽ bìa cứng thành hình chiếc giày và bấm lỗ để trẻ xỏ dây vào, vừa chơi và vừa luyện tập kỹ năng xỏ dây giày của trẻ.
- Để tăng độ khó PH có thể biến thể thành dạng đan để chơi cùng với bé.



Máy hút vải



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Tăng sức mạnh vùng cổ tay, cử động linh hoạt
- Gia tăng khả năng cầm nắm .

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 chai nước nhỏ (chai 500ml), vải, 1 rô nhỏ, cuộn keo 2 mặt
- Không gian chơi: chơi trong nhà

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cắt vải thành những mảnh nhỏ, dài (1cm x 6cm) với nhiều màu sắc khác nhau rải các sợi vải cách xa, không bị chồng lên nhau trên bàn. Chú ý chọn vải dày ít bị xơ và hơi lừa các cạnh vải để tránh bị bong.
- Quấn băng keo quanh thân chai và chừa 1 đoạn cỡ 1/3 chai để cầm
- Có thể cho 1 ít nước vào chai

Cách chơi:

- Trẻ ngồi trên bàn hoặc dưới sàn nhà, hướng dẫn trẻ nắm ở cổ chai lăn lên các mảnh vải sao cho vải dính vào chai. Sau đó trẻ gỡ mảnh vải bỏ vào rô.
- PH tạo hứng khởi cho bé bằng cách thi ai hút được nhiều vải hơn, cổ vũ bé.

Lưu ý an toàn: tránh để trẻ bỏ vải vào trong miệng

Biến thể

- Trong giai đoạn tập đứng, có thể cho trẻ chơi ở tư thế đứng nhằm gia tăng khả năng thăng bằng.
- Có thể để rô cách vị trí chơi 1m để trẻ di chuyển sang bỏ vào hoặc để các sợi vải xung quanh người để trẻ xoay người và tập với ra xa nhằm gia tăng cử động chi trên, ổn định thân người.
- Ngoài ra, trẻ có thể chơi ở tư thế nằm sấp với gối chêm trước ngực.
- Yêu cầu trẻ lấy theo màu PH muốn hoặc lấy phân loại các loại màu bỏ vào riêng từng rô nhằm gia tăng nhận thức cho trẻ.

Trốn thoát cá mập _ Shark escape



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2-3

- Gia tăng thăng bằng khi di chuyển
- Gia tăng cảm thụ bản thể
- Tập mạnh chi dưới/chi trên
- Tập mạnh cơ thân mình
- Tăng sự linh hoạt

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: ít nhất 4 gối/nệm sofa
- Không gian chơi: dưới sàn hoặc trên nệm

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị: PH xếp những chiếc gối thành một con đường (thẳng/vòng)

Cách chơi:

- PH giải thích cho trẻ trò chơi này có những con cá mập đang ở dưới nước chúng ta phải đi trên những cây cầu đã xây để không bị cá mập bắt được.
- PH làm mẫu di chuyển trên gối không để chân hay tay chạm vào phần nền nhà/nệm hai bên cây cầu
- Sau đó, trẻ di chuyển (đi/bò) trên cây cầu, nhắc trẻ không để tay chân chạm vào nền nhà/ nệm.

Lưu ý an toàn:

- Đối với trẻ kém về thăng bằng/ yếu chi cần sự giám sát và hỗ trợ bằng tay hoặc đai an toàn từ PH
- Môi trường chơi: nếu chơi trên sàn phụ huynh có thể lót thảm/nệm để phòng ngừa té ngã.

Link video:

https://drive.google.com/file/d/1-E2wCkBveJUyOa8Bgm8z4JJMJQAmbPfk/view?fbclid=IwAR2Pmb5ojvg107tgnGTdpEwGmHIUuPH_rEhzmvpDN2kvQsif9_NVYvESzk

Biến thể

- PH có thể tăng tiến trò chơi để trẻ chỉ được di chuyển bằng 2 gối để tới bờ bên kia. Trẻ sẽ phải quay ra sau lấy chiếc gối phía sau để lên phía trước và tiếp tục di chuyển.
- Chồng nhiều gối lên làm đồi núi hoặc chướng ngại vật.
- Có thể vừa di chuyển vừa mang đồ/vận chuyển đồ từ bờ này qua bờ kia/ nhặt đồ hai bên con đường.
- Đối với trẻ khả năng di chuyển ít, PH có thể lăn trẻ trên con đường tạo sự hứng thú cho trẻ.



Trò chơi với chăn



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3-4; VĐBT 1-2-3

- Tăng tương tác biểu lộ cảm xúc
- Khuyến khích phát triển vận động toàn thân
- Tác động cảm giác tiền đình, cảm thụ bản thể, xúc giác, thị giác, âm thanh.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: chăn mỏng lớn
- Không gian chơi: trong nhà, trên sàn có lót mềm, trên giường

Hướng dẫn cách chơi

Cách chơi:

1. Chơi Ú Æ: cho trẻ nằm giữa chăn, sử dụng 2 bên chăn che mặt trẻ hoặc PH và mở ra kêu “ú Æ”
2. Chơi trốn tìm: trẻ và PH mỗi người cầm một đầu chăn, cùng hô “1, 2, 3 chui vào”, khuyến khích trẻ tự thoát ra khỏi chăn
3. Cuộn sushi: để trẻ ở một đầu chăn, đẩy trẻ lăn đi và cuộn theo chăn như động tác cuộn sushi; cuộn xong nắm đầu chăn thừa ra giật mạnh cho trẻ lăn thoát ra khỏi chăn
4. Thảm bay: cho trẻ nằm giữa chăn, hai người lớn nắm hai đầu chăn kéo ra, nâng trẻ lên như chiếc võng và di chuyển.
5. Chuyển tàu vui: cho trẻ nằm sấp ở một đầu chăn, trẻ nắm vào chăn, đầu kia phụ huynh kéo lê trẻ trên sàn.

PH kéo, quấn, vuốt ve, cười, ru ngủ, đánh thức trẻ một cách mềm mại, tự tin và an toàn để hoạt động này là một khoảnh khắc vui chơi tuyệt vời cho mỗi trẻ

Tập cài nút áo



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2-3

- Tập luyện chức năng sinh hoạt và kỹ năng sử dụng đôi tay
- Nâng cao khả năng cầm nắm và các cử động tinh của bàn tay.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Những chiếc áo có khuy với chất liệu, kích thước, màu sắc khuy áo khác nhau
 - ✓ Các loại khuy áo khác nhau có thể sử dụng như khuy cài, khuy bấm, khuy móc...
- Không gian chơi: dưới sàn hoặc trên nệm

Hướng dẫn cách chơi

Cách chơi:

- Tùy vào mức độ của trẻ mà PH có thể cho trẻ ngồi hoặc nằm sấp hoặc đứng
- PH hướng dẫn trẻ cài từng nút áo, trẻ có thể cài nút áo rồi PH mở nút áo và ngược lại
- Trong lúc dạy trẻ cài nút áo, PH có thể dạy trẻ đếm số, vỗ tay khích lệ trẻ
- PH cũng có thể đặt ra các thử thách nhỏ cho trẻ và khi trẻ hoàn thành xong một thử thách thì cài một nút áo, đến khi hết nút áo là trẻ chiến thắng

Lưu ý an toàn: PH chú ý quan sát tránh để trẻ cho nút áo vào miệng

Biến thể

- Ngoài cách chơi như trên thì PH có thể sử dụng nút áo rồi cho trẻ bỏ vào ống heo, miệng chai, khi bỏ có thể yêu cầu màu sắc hoặc hình dạng mình muốn trẻ lấy bỏ vào.

Bóp bột biển



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2-3

- Tập mạnh các cơ bàn tay
- Tăng cảm giác bàn tay
- Kích thích sự hứng thú cho trẻ

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: miếng mút rửa chén sạch kích thước phù hợp, nước sạch, (hoặc nước rửa chén), thau nhựa.
- Không gian chơi: thuận tiện với trẻ và PH (chơi trong nhà tắm hay ngoài sân).

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Chuẩn bị thau chứa nước hay nước rửa chén và những miếng mút rửa chén.

Cách chơi:

- Cho trẻ cảm nhận miếng bột biển khi khô và sau đó nhúng vào thau nước (hay có nước rửa chén) cùng nhào nặn để vui chơi.

Lưu ý an toàn: tránh đổ nước ra ngoài gây trơn trượt cho trẻ, lưu ý không để trẻ bôi vào mắt và miệng.

Biến thể

- Cho trẻ dùng miếng mút nhúng nước rồi sau đó vắt nước vào đầy chai nhựa để tăng thử thách.
- Có thể pha nước với màu thực phẩm làm tăng hứng thú cho trẻ.

Garage đỗ ô tô



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng cầm nắm, linh hoạt của bàn tay
- Gia tăng khả năng phối hợp mắt tay
- Tập luyện chi trên
- Giúp bé nhận biết màu sắc, chữ số

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: vải nỉ nhiều màu sắc, kim chỉ, ô tô con đồ chơi
- Không gian chơi: rộng rãi, thoáng mát

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Cắt một miếng vải hình chữ nhật vừa phải
- May một miếng vải màu tối hình chữ nhật vào 1 bên miếng vải vừa cắt
- Chia miếng vải màu tối thành các ô khác nhau và cố định lại như hình mẫu
- Ở phần vải bên còn lại, may thêm 1 đường vải màu vàng tượng trưng cho con đường để ô tô trẻ chạy qua.

Cách chơi:

- Nhiệm vụ của trẻ là cho xe chạy hết đường và đỗ vào ô PH yêu cầu như hình ảnh nhé. Bạn nào cho xe đỗ sai đường sẽ bị “công an” PH phạt.

Biến thể

- Qua trò chơi này, PH có thể kết hợp các tín hiệu giao thông đơn giản để bé có thể an toàn khi ra đường.

Lau bàn ghế



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Phối hợp hoạt động chức năng cánh tay, bàn tay, thân mình
- Cải thiện sự giao tiếp khi trẻ phối hợp thực hiện công việc với ba mẹ hoặc bạn bè.

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Khăn lau
 - ✓ Phấn vẽ hoặc màu vẽ xóa được
 - ✓ Bình xịt đựng nước
 - ✓ Bàn hoặc ghế dài
- Không gian chơi: trên bàn hoặc dưới sàn.

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH dùng phấn hoặc màu vẽ vẽ lên bàn hoặc cho trẻ vẽ những hình vẽ trẻ thích. Có thể thay thế bằng nước (màu) làm ướt mặt bàn bằng bình xịt.

Cách chơi:

- Yêu cầu trẻ dùng khăn lau sạch những hình vẽ đã vẽ lên mặt bàn trước đó hoặc lau khô nước màu trên mặt bàn.

Biến thể

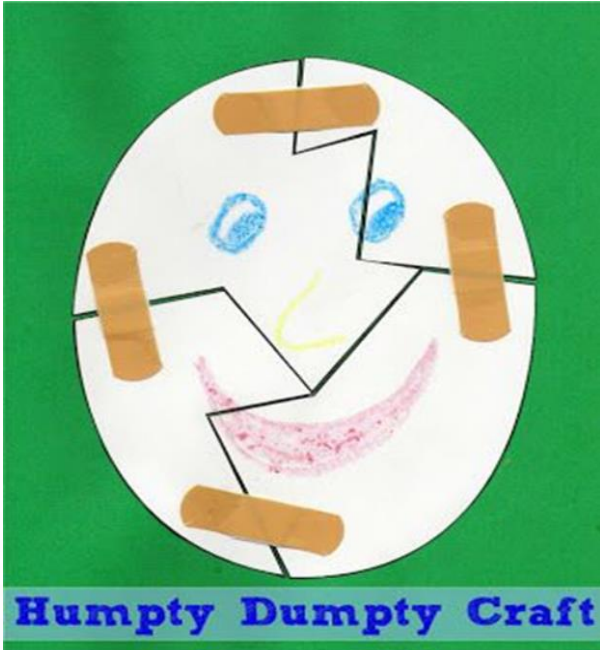
- Thay vì lau màu và nước trên bàn phụ huynh có thể rải lên mặt bàn đồ chơi của trẻ, hay các loại hạt hoặc bất cứ vật liệu nào khác, cho trẻ dùng khăn gom gọn đồ vật vào như là một công việc thu dọn, có thể thực hiện trên sàn nhà sau khi trẻ chơi đồ chơi xong.
- Khuyến khích trẻ sử dụng 2 tay trong quá trình chơi.
- PH cho trẻ dùng khăn lau trên mặt kính đựng đứng thay vì lau bàn tập kiểm soát thân mình và chỉ trên cho trẻ trong lúc lau.

Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh
Bộ Môn Vật Lý Trị Liệu

Chơi trị liệu với các dụng cụ khác



Trò chơi ghép hình



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng phối hợp mắt -tay
- Tập luyện chi trên

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ
 - ✓ Băng keo dán
 - ✓ Hình vẽ bất kì
 - ✓ Kéo
- Không gian chơi: trên bàn, trên sàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH tiến hành cắt những hình vẽ (nên chọn những hình vẽ đơn giản, màu sắc tươi sáng, tránh những hình ảnh quá nhiều họa tiết) thành các mảnh khác nhau, cắt cuộn băng keo thành những miếng khác nhau, dán trên thành bàn để trẻ dễ lấy.

Cách chơi:

- Yêu cầu bé sắp xếp thành bức tranh hoàn chỉnh. Sau đó, trẻ dán những mảnh vẽ đó lại thành bằng những miếng băng keo
- PH hãy đố trẻ về nội dung của bức tranh

Biến thể

- Cắt bức vẽ thành nhiều mảnh hơn hoặc ít mảnh hơn tùy vào khả năng của trẻ
- Dán băng keo vào các bề mặt bàn, sàn, cho trẻ dùng tay gỡ ra để làm dụng cụ dán hình
- Trò chơi này còn có thể được xem là phương thức khen thưởng cho trẻ bằng cách sử dụng hình ảnh đồ chơi mà trẻ thích làm bức tranh cần ghép, mỗi mảnh ghép trẻ sẽ có được sau khi hoàn thành một yêu cầu nhỏ của PH; trẻ hoàn thành bức tranh sẽ có được đồ chơi mong muốn.
- Nếu trẻ cần trợ giúp trong việc dán băng keo, PH có thể trợ giúp thêm
- PH có thể dùng nam châm gắn sau những mảnh ghép và đặt lên bảng con hoặc tấm sắt. Như vậy trò chơi có thể được chơi nhiều lần hơn
- Đối với những trẻ đã đứng được rồi, có thể khuyến khích trẻ đứng để chơi trên bàn nhằm tập luyện thăng bằng và ổn định thân mình hơn

Dấu chân màu sắc



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3-4; VĐBT 1-2-3

- Gia tăng thăng bằng, cảm giác chi dưới.
- Giúp trẻ nhận biết màu sắc

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ:
 - ✓ Bọc nylon chống sốc
 - ✓ Màu dễ tẩy, thau hoặc khay đựng màu
 - ✓ Giấy khổ rộng hoặc roki
- Không gian: rộng rãi, thoáng mát

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Tiến hành buộc những bọc nylon chống sốc thành giày đeo vào chân cho trẻ
- Trải giấy roki ra sàn nhà
- Đổ màu ra khay nhựa (có thể pha loãng nếu muốn)

Cách chơi:

- Cho trẻ nhúng hai chân vào màu
- Cho trẻ bước đi trên giấy đã được trải ra sẵn. PH hãy yêu cầu trẻ đạp thật mạnh để những bong bóng ở giày nổ lách tách, trẻ sẽ rất thích thú với tiếng kêu phát ra từ giày của mình

Lưu ý an toàn: PH có thể hỗ trợ thăng bằng để trẻ tự tin bước đi hơn; PH luôn quan sát trẻ, đảm bảo trẻ bước đi chậm và chắc để tránh bị ngã.

Biến thể

- Cho trẻ bước đi theo những bước chân đã được đánh dấu sẵn hoặc thành một hàng đã được vẽ sẵn
- Đối với trẻ có VDT mức 3-4 PH có thể bọc bao chống sốc ở tay, gối, bàn chân và vẽ màu lên trên bao chống sốc để trẻ bò trên giấy
- PH hãy để trẻ tự lựa chọn màu trẻ thích hoặc ra yêu cầu về màu sắc để trẻ làm theo

Trò chơi với nắp và nồi



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Giúp bé nâng cao khả năng nhận định về kích thước và kỹ năng quan sát để chọn được nồi và nắp khớp nhau.
- Gia tăng khả năng vận động tinh, phối hợp mắt tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 3-5 bộ nồi với kích thước khác nhau bằng nhôm (tránh dùng nắp thủy tinh)
- Không gian chơi: không giới hạn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH đặt riêng nồi và nắp nồi xung quanh trẻ

Cách chơi:

- PH đưa nắp bất kì, yêu cầu bé đẩy nắp vào nồi sao cho phù hợp

Biến thể

- PH có thể thay thế bằng những hộp nhựa có nắp
- Yêu cầu trẻ hãy sắp xếp theo thứ tự từ nồi nhỏ đến nồi lớn
- Để nồi ở những vị trí khác nhau, khuyến khích trẻ di chuyển để đến được nồi

Thả bóng vào ống



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng cầm nắm, ổn định thân mình, phối hợp mắt-tay, kỹ năng quan sát
- Tập luyện thăng bằng cho bé
- Kích thích cử động chi trên

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: lõi bìa hình trụ dài (lõi giấy vệ sinh), băng keo dán, bóng nhỏ, thau/xô bé
- Không gian: có tường để cố định cuộn giấy

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH cố định lõi bìa hình trụ dài vào tường nhà bằng băng keo
- Sắp xếp một cái thau bé bên dưới lõi bìa hình trụ, một cái rổ đựng những banh nhỏ bên cạnh

Cách chơi:

- Yêu cầu trẻ cúi xuống nhặt những trái bóng nhỏ, thả chúng qua ống và quan sát đồ vật rơi xuống thau hứng bên dưới.

Lưu ý an toàn: PH cần quan sát và có thể hỗ trợ giữ thăng bằng trẻ trong lúc chơi

Biến thể

- Sử dụng banh nhiều màu sắc để giúp trẻ nhận biết màu sắc tốt hơn, PH có thể yêu cầu trẻ lấy đúng màu sắc được gọi tên
- Nếu trẻ có VDT mức 4, PH có thể kê gối cho trẻ nằm sấp và thiết lập trò chơi ngang tầm với tay của trẻ
- PH có thể dán nhiều ống khác nhau, dán trên cao để kích thích trẻ với tay thả bi
- Đối với những trẻ tốt hơn, hãy dịch chuyển vị trí ném bi ra xa, yêu cầu bé ném bi vào ống



Giải cứu thú cưng



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3-4; VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng linh hoạt của bàn tay

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: băng keo dán, đồ chơi hình thú
- Không gian: có bề mặt phẳng như sàn, mặt bàn, tường

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- Dán những con thú vào tường bằng băng keo dán

Cách chơi:

- Yêu cầu trẻ hãy giải cứu những con thú bằng cách dùng tay gỡ những miếng băng keo dán

Biến thể

- PH sẽ là người ra yêu cầu con vật để trẻ giải cứu
- Dán những con vật lên trên cao để kích thích trẻ với tay lên cao
- Đối với những trẻ có mức VĐT 1, 2 có thể chơi trên bàn để gia tăng khả năng thăng bằng
- Có thể thay thế bằng việc dán lên sàn nhà
- PH hãy cùng trẻ đếm số thú cưng được giải cứu
- Đối với trẻ có mức VĐT mức 4, PH dán thú cưng vào băng cầm tay và cầm lên cho trẻ xem, trẻ dùng được tay thì tự bé sẽ tháo ra, không thì chỉ cần chỉ tay đúng con vật, PH sẽ là người tháo.

Học chữ cùng bé



Letter Peel

Teach letters with tape!



Itty Bitty Sunshine

Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Giúp trẻ nhận biết được các mặt chữ cái hoặc chữ số
- Gia tăng khả năng linh hoạt của bàn tay
- Nâng cao khả năng phối hợp mắt-tay
- Tập luyện vận động chi trên

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: cuộn băng keo, kéo, bút, một tờ giấy A4
- Không gian: sàn, mặt bàn, tường

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH tiến hành cắt cuộn băng keo thành những miếng vừa phải, gấp một góc băng keo tạo thành nếp dễ gỡ
- PH dán những miếng băng keo vừa cắt lên tường hoặc sàn nhà, đồng thời PH dán tiếp tờ giấy A4
- PH dùng bút ghi những chữ cái hoặc con số lên trên từng mảnh dán và ghi những chữ cái hoặc số đó tương ứng vào tờ giấy đã được dán sẵn. Sau đó, dán một lớp mica lên trên

Cách chơi:

- PH yêu cầu trẻ hãy dùng tay gỡ lấy những mảnh dán chứa chữ và dán chúng cho phù hợp với chữ hoặc số trong tờ giấy

Biến thể

- Nếu trẻ làm tốt, PH có thể yêu cầu trẻ lấy đúng chữ cái hoặc số mà PH gọi tên
- PH có thể dán mảnh băng keo lên cao để kích thích trẻ với tay

Nào ta học đếm



CLOTHESPIN COUNTING CARDS

EASY COUNTING ACTIVITY



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3, VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng linh hoạt của bàn tay
- Dạy cho trẻ cách học đếm

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 16 cái kẹp phơi đồ hoặc kẹp tài liệu, bút, 5 tờ giấy đã được cắt sẵn
- Không gian: các bề mặt như sàn, mặt bàn

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH viết các con số lên các tờ giấy, vẽ những chấm lên sao cho bằng với số viết lên

Cách chơi:

- Yêu cầu trẻ dùng những cái kẹp phơi đồ kẹp lên những chấm đã vẽ
- Sau đó, PH hãy cùng trẻ đếm những cái kẹp được trên tờ giấy và dạy cho trẻ biết những con số được viết trên tờ giấy

Biến thể

- Để giúp trẻ phân biệt được màu sắc thêm, PH có thể dùng kẹp với 5 màu khác nhau và viết số theo 5 màu tương ứng
- Nếu trẻ không kẹp được, PH có thể trợ giúp bàn tay thêm cho trẻ

Đỉnh bóng vào băng keo



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng cầm nắm, thả vật
- Tập luyện chi trên, gia tăng tầm vận động chi trên
- Gia tăng khả năng kiểm soát thăng bằng, ổn định thân mình, phối hợp mắt-tay
- Kiểm soát đầu, cổ

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 10-15 quả banh nhỏ, cuộn băng keo
- Không gian: tốt nhất nên chơi ở trước cửa hoặc những chỗ có 2 cột 2 bên

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH dùng băng keo dán ngang qua trước cửa phù hợp với tầm với tay của trẻ
- Sắp xếp một cái rổ đựng banh bên dưới

Cách chơi:

- Yêu cầu trẻ dùng tay nhặt những quả banh từ trong rổ và với tay lên đỉnh bóng vào băng keo

Lưu ý an toàn: PH có thể hỗ trợ trẻ trong việc giữ thăng bằng giúp trẻ tự tin với tay hơn trong trò chơi

Biến thể

- Đối với trẻ nằm, PH có thể thiết lập trò chơi ngang tầm với trẻ, để kích thích trẻ kiểm soát đầu cổ tốt hơn
- PH có thể tạo ra nhiều hàng băng keo khác nhau từ thấp lên cao, kích thích trẻ với tay lên
- Ngoài ra, có thể thay thế những quả banh nhỏ bằng những hình vẽ quần áo, kích thích trẻ chơi như hoạt động phơi quần áo hằng ngày.

Đôi bàn chân thú vị



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VĐT 1-2-3; VĐBT 1-2-3

- Tạo ra được sản phẩm đem lại thích thú và hứng khởi cho trẻ
- Hỗ trợ trẻ tập đi, đứng, bò, kích thích quan sát, xoay đầu, tập trung chú ý

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: 1 cuộn băng keo to, 1 ống hút, 2 que tre, 1 miếng giấy cứng đủ cắt khuôn hai bàn chân, băng keo dính, kéo, bút
- Không gian: rộng rãi, thoáng mát

Hướng dẫn cách chơi

Cách chơi:

- Khi cho cuộn băng keo lăn đi thì trẻ sẽ thấy bàn chân chuyển động như đang đi
- Đẩy cuộn băng keo về phía trẻ như bàn chân đang đuổi theo, trẻ sẽ cảm thấy như đang chơi trò chơi rượt đuổi
- PH đẩy cuộn băng keo ra xa, kích thích trẻ nhìn theo và di chuyển lấy lại cuộn keo

Link video:

<https://drive.google.com/file/d/10CatShMYoBqxe8edpVWofOFrzhimnLGJ/view?usp=drivesdk>

Biến thể

- PH có thể yêu cầu trẻ cố đuổi theo để nhặt lấy cuộn băng keo
- Khuyến khích trẻ thi đua cùng với sự di chuyển của cuộn băng keo, xem ai nhanh hơn.
- Đối với trẻ thuộc phân loại VĐT mức 3-4 PH có thể yêu cầu trẻ bò để trốn thoát sự rượt đuổi của cuộn băng keo.
- Đối với trẻ thuộc VĐBT mức 3, PH yêu cầu trẻ dùng tay đẩy cuộn băng keo di chuyển và kích thích trẻ nhìn theo.

Khinh khí cầu bay lên



Mục đích trị liệu

Đối tượng: VDT 1-2-3; VĐBT 1-2

- Gia tăng khả năng linh hoạt bàn tay, phối hợp mắt tay
- Gia tăng nhận thức, tư duy, sáng tạo
- Tập luyện chi trên, gia tăng tầm vận động

Dụng cụ và không gian

- Dụng cụ: giấy màu, nam châm, ghim kẹp giấy, cuộn chỉ, bút chì, kéo, băng dính
- Không gian: có bề mặt như sàn nhà, mặt bàn...

Hướng dẫn cách chơi

Chuẩn bị:

- PH xem link bên dưới để dễ hình dung cách làm
- Link video:

<https://www.youtube.com/watch?v=nzITyrTuWB0>

Cách chơi:

- Cần dùng nam châm đặt gần đầu của ghim là khinh khí cầu có thể bay lên
- Hãy để trẻ chơi và trải nghiệm nam châm theo cách của riêng mình

Biến thể

- PH có thể vẽ đồ vật có thể bay như: khinh khí cầu, bong bóng, máy bay..., tùy khả năng sáng tạo của bạn
- Đối với trẻ không thể cầm nam châm được, PH có thể cột nam châm vào một cây bút để trẻ cầm dễ hơn
- Trẻ có thể luân phiên từng tay hoặc chơi phối hợp hai tay với 2 khinh khí cầu khác nhau

Lời kết

Với tất cả tấm lòng nhiệt huyết và sự sáng tạo của mình gửi gắm vào cuốn sổ tay này, tập thể Giảng viên và sinh viên của cả hai chuyên ngành Vật lý trị liệu và Hoạt động trị liệu hi vọng đem lại những bài tập hiệu quả cho các bạn nhỏ, những kiến thức bổ ích và mong muốn thấu hiểu, chia sẻ được phần nào những nỗi niềm của quý phụ huynh, trở thành người đồng hành đáng tin cậy trên con đường đầy chông gai thử thách này!

Đừng vội buồn khi ai đó nói con bạn không “hoàn hảo” vì sự “hoàn hảo” do chính bàn tay của chúng ta tạo nên!

Lời cảm ơn

Nhóm biên tập xin gửi lời cảm ơn sâu sắc đến những người đã hỗ trợ chúng tôi hoàn thành “Sổ tay chơi trị liệu”:

Thạc sĩ Lê Thanh Vân _Trưởng BM VLTL – ĐH Y Dược Tp.HCM

Cô Nguyễn Vũ Thị Kim Liên_GV BM VLTL – ĐH Y Dược Tp.HCM

Cô Nguyễn Huỳnh Ngọc Mai Trâm_GV BM VLTL – ĐH Y Dược

Tp.HCM

Cám ơn các cô đã luôn đồng hành và góp ý chỉnh sửa cho nhóm biên tập về ý tưởng, nội dung cũng như cách thức trình bày sổ tay. Đồng thời nhóm biên tập cũng xin cảm ơn Bộ môn Vật lý trị liệu Đại học Y Dược Tp.HCM đã trợ cấp kinh phí xuất bản cuốn sổ tay này.

Xin gửi lời cảm ơn các anh chị quản lý Group Gia Đình Siêu Nhân đã hỗ trợ nhóm biên tập khảo sát ý kiến phụ huynh và là cầu nối giúp cuốn sổ tay đến được với Gia Đình Siêu Nhân.

Xin chân thành cảm ơn!

BAN BIÊN TẬP

Hoàng Thị Diễm
Lê Thị Thu Hoài
Đào Thị Mai Khanh
Nguyễn Thị Ly
Hoàng Thị Quyên
Phan Lệ Quyên
Cao Thị Thanh Thảo
Phan Thị Thùy Trâm
Hồ Lê Trung
Nguyễn Thị Cẩm Tú
Trần Thị Thúy Vân
Trần Tú Uyên



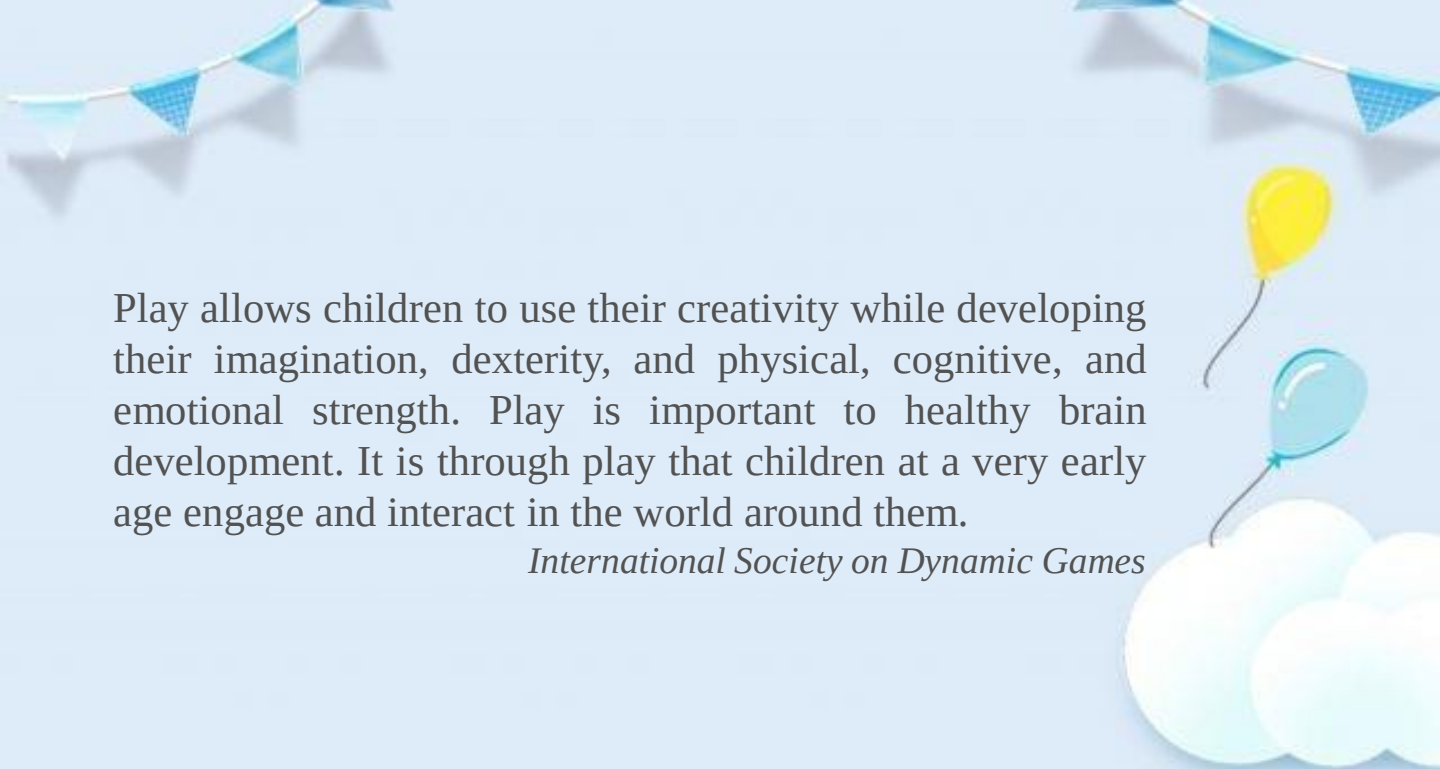
Bản quyền thuộc về Bộ môn Vật lý trị liệu Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh

Chúng tôi mong muốn nhận được những ý kiến góp của Quý độc giả để cuốn sách ngày càng hoàn thiện hơn.

Mọi thông tin về sổ tay vui lòng liên hệ:

nguyenvukimlien@ump.edu.vn





Play allows children to use their creativity while developing their imagination, dexterity, and physical, cognitive, and emotional strength. Play is important to healthy brain development. It is through play that children at a very early age engage and interact in the world around them.

International Society on Dynamic Games

“BA MẸ CHÍNH LÀ NHÀ TRỊ LIỆU TỐT NHẤT CHO TRẺ!”



“Để hỗ trợ trẻ nhỏ, chúng ta phải cho trẻ một môi trường cho phép chúng phát triển tự do.”

MARIA MONTESSORI