

BIỆN PHÁP CHUẨN BỊ CHO TRẺ 24 - 36 THÁNG TUỔI THÍCH ỨNG VỚI TRƯỜNG MẦM NON

Vũ Thị Tố Tâm

Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh

Tóm tắt: Trẻ 24 - 36 tháng tuổi cần được chuẩn bị để thích ứng với trường mầm non, việc này là một quá trình quan trọng, có tác động đến tâm lý, hành vi cũng như đến các mặt phát triển của trẻ. Nghiên cứu trình bày các biện pháp chuẩn bị cho trẻ 24 - 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non, nhằm giúp trẻ giảm căng thẳng, nhanh chóng tham gia vào môi trường mới. Các biện pháp được trình bày bao gồm: Chuẩn bị tâm thế cho trẻ trước khi đưa trẻ đến trường; Tập cho trẻ một số kỹ năng tự phục vụ; Tăng cường sự hợp tác giữa cha mẹ và giáo viên; Khuyến khích sự tiến bộ của trẻ trong việc thích ứng; Xây dựng góc thân thương trong lớp học và cuối cùng là tổ chức các lớp học mở nơi cha mẹ có thể tham gia cùng con. Việc thực hiện các biện pháp thích ứng này sẽ giúp trẻ tự tin, thoải mái hơn khi đến trường, tạo tiền đề cho sự phát triển toàn diện của trẻ sau này.

Từ khóa: Thích ứng, chuẩn bị cho trẻ thích ứng, biện pháp chuẩn bị, phối hợp gia đình và nhà trường.

MEASURES TO PREPARE CHILDREN AGED 24 - 36 MONTHS FOR ADAPTATION TO PRESCHOOL

Vu Thi To Tam

Ho Chi Minh City University of Education

Abstract: Children aged 24 to 36 months need to be prepared for adaptation to preschool, as this is a crucial process that impacts their psychology, behavior, and overall development. This study presents measures to support children in this age group in adapting to preschool, aiming to reduce stress and facilitate their integration into the new environment. The proposed measures include: preparing children psychologically before attending school, training them in basic self-care skills, strengthening collaboration between parents and teachers, encouraging children's progress in adaptation, creating a familiar and comforting classroom environment, and organizing open classrooms where parents can participate alongside their children. Implementing these adaptation strategies will help children feel more confident and comfortable at school, laying the foundation for their holistic development.

Keywords: Adaptation, preparing children for adaptation, preparation measures, family-school collaboration.

Nhận bài: 18/01/2025

Phản biện: 15/02/2025

Duyệt đăng: 19/02/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Lần đầu tiên trẻ đến trường mầm non là một dấu ấn đặc biệt đối với một đứa trẻ. Nơi trường học đầu đời này, trẻ sẽ được tham dự vào các hoạt động phù hợp với lứa tuổi mầm non như vui chơi, làm quen với việc học tập, làm việc chung; đồng thời trẻ cũng được học hỏi các kỹ năng như giao tiếp với giáo viên, bạn bè. Trẻ ở lứa tuổi 24 - 36 tháng tuổi cần được chuẩn bị để thích ứng với môi trường mới khi lần đầu đến trường mầm non. “Khi bắt đầu đến trường mầm non, chúng tôi xác định rằng các trẻ sẽ phải trải qua những khó khăn trong việc thích ứng với môi trường mới này, những khó khăn có thể kéo dài và có thể tác động đến sự phát triển nhận thức, cảm xúc, tình cảm xã hội của trẻ.” (Laura & Loredana, 2017)

Nếu không được chuẩn bị tốt, trẻ có thể gặp khó khăn trong việc thích ứng, mất nhiều thời gian để hòa nhập hoặc thậm chí có những biểu hiện tiêu cực về mặt cảm xúc, tâm lý. Điều này có thể ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất, tinh thần và khả năng học tập của trẻ trong tương lai. Vì vậy, việc thực hiện các biện pháp để chuẩn bị

cho trẻ giai đoạn này thích ứng với trường mầm non không chỉ là nhiệm vụ của gia đình mà còn là của nhà trường, đồng thời có sự hợp tác chặt chẽ đôi bên để tăng khả năng thích ứng. Trẻ sẽ tự tin thoải mái, dễ dàng thích ứng với môi trường mầm non hơn.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở lý luận của việc chuẩn bị cho trẻ 24 - 34 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non

2.1.1. Các khái niệm

Khái niệm thích ứng với trường mầm non: “Thích ứng với trường mầm non được hiểu là quá trình trẻ tiếp nhận những thay đổi khi chuyển từ môi trường gia đình tới trường mầm non và điều chỉnh bản thân nhằm thiết lập sự cân bằng và hòa nhập với trường mầm non.” (Trần Thị Kim Liên, 2022) Trường mầm non trở nên quen thuộc với trẻ, từ môi trường lớp học, sân chơi đến con người, các đồ dùng vật dụng không còn xa lạ với trẻ, trẻ có thể ăn uống, ngủ nghỉ cách thoải mái an tâm. Trong trẻ sẽ có sự chuyển biến về mặt cảm

xúc, mặt nhận thức và các hành động. Từ đó, trẻ có thể hội vào môi trường mầm non cách tự do, thoải mái thể hiện ra bên ngoài qua những hoạt động và khả năng tương tác đồng thời có được sự thoải mái và thỏa mãn bên trong.

Khái niệm chuẩn bị cho trẻ 24 – 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non: Trẻ 24 – 36 tháng tuổi thường là giai đoạn bắt đầu được tiếp xúc với môi trường học tập bên ngoài gia đình và bước vào một cộng đồng xã hội lớn hơn. Vì thế việc chuẩn bị để nâng cao khả năng thích ứng với trường mầm non của trẻ là việc thực hiện một số những tác động cần thiết của gia đình, nhà trường để giúp trẻ thích ứng một cách hiệu quả trong môi trường mới này. Công việc này bao gồm việc hỗ trợ trẻ có được những kiến thức, kinh nghiệm, kỹ năng và thái độ cần thiết, phát triển các kỹ năng như kỹ năng xã hội, tình cảm, nhận thức, giúp trẻ hiểu và chấp nhận sự thay đổi, giúp trẻ tự tin và cảm thấy an tâm, dễ chịu trong môi trường mới. Quá trình chuẩn bị này cần có sự tham gia tích cực của cha mẹ và giáo viên. Theo đó, khái niệm chuẩn bị cho trẻ 24 – 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non là các hoạt động mà cha mẹ và giáo viên mầm non cũng như nhà trường thực hiện hoặc phối hợp thực hiện để giúp trẻ điều chỉnh, thiết lập được sự cân bằng để bản thân trẻ có thể đáp ứng những yêu cầu của trường mầm non khi lần đầu đến trường.

2.1.2. Ý nghĩa của thích ứng với trường mầm non

Thích ứng với trường mầm non đóng vai trò quan trọng trong sự phát triển của trẻ 24 – 36 tháng tuổi. Trẻ có thể cảm thấy đau khổ, hạn chế giao lưu với bạn bè, giáo viên và giảm khả năng học hỏi nếu không thích ứng tốt. (Datler et al., 2012) Ngược lại, khi thích ứng tốt, trẻ sẽ ổn định cảm xúc, hệ thần kinh được bảo vệ và giảm căng thẳng, cảm xúc tích cực, hạnh phúc được gia tăng. Việc tham dự cách đều đặn vào các hoạt động hàng ngày còn giúp trẻ hình thành nhịp sinh học, hạn chế các vấn đề như rối loạn tiêu hoá, đau bụng, không thể ngủ hoặc đi vệ sinh do căng thẳng. (Trần Thị Kim Liên, 2022, tr 29)

2.1.3. Tầm quan trọng của chuẩn bị cho trẻ 24 – 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non

Việc chuẩn bị cho trẻ 24 – 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non có vai trò quan trọng, giúp trẻ tránh cảm giác choáng ngợp khi bước vào

môi trường mới. Nếu không được chuẩn bị trước, việc đột ngột xa cha mẹ và tiếp xúc với những người lạ có thể gây áp lực lớn, thậm chí được ví như một vụ tai nạn ập đến đối với trẻ. (Erbay & Saltali, 2020) Thêm vào đó, các nghiên cứu chỉ ra rằng những khó khăn thích ứng ở trường học hoặc môi trường mới trong tương lai của trẻ có thể đã bắt nguồn từ việc thiếu sự chuẩn bị trong những năm đầu đời, ảnh hưởng đến khả năng hội nhập sau này của trẻ. (Cornea, 2018) Sự thích ứng của trẻ phụ thuộc vào nhiều yếu tố như kinh nghiệm hòa nhập xã hội trước đây, thái độ của cha mẹ đối với trường mầm non, sự gắn bó an toàn với cha mẹ và mức độ quan tâm của giáo viên. Cha mẹ đóng vai trò then chốt trong việc đồng hành, giúp trẻ thích ứng với môi trường học tập mới bằng cách tạo ra nơi gia đình những sự trợ giúp và tích cực trao đổi với các giáo viên của trẻ. Để đảm bảo quá trình chuyển tiếp suôn sẻ, cha mẹ cần chuẩn bị cho con cái mình về mặt cảm xúc và xã hội, giúp các em cảm thấy an toàn và được thấu hiểu khi phải đáp ứng những điều kiện mới (Duraj, 2024). Đồng thời, về phía nhà trường cần tạo môi trường vui vẻ, thân thiện để trẻ cảm thấy việc đến trường là niềm vui thực sự.

2.2. Một số biện pháp chuẩn bị cho trẻ 24 – 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non

2.2.1. Biện pháp 1: Chuẩn bị tâm thế cho trẻ trước khi đưa trẻ đến trường

Mục đích: Giúp trẻ có nền tảng tâm lý tích cực, giảm lo âu và căng thẳng trước khi bước vào môi trường xa lạ.

Nội dung thực hiện: Cha mẹ thường xuyên trò chuyện với trẻ về trường mầm non, nói với trẻ về việc đi học đến trường, giới thiệu về lớp học, giáo viên và một số hoạt động thường ngày trẻ sẽ được thực hiện ở trường. Cha mẹ có thể đưa trẻ đến trường để làm quen, tham quan trước ngày nhập học, để trẻ được chơi thử các đồ chơi, nếm thử các món ăn, ở lại trường lâu giờ hơn, bước vào lớp, đi theo cô trong sự dõi theo của cha mẹ.

Hình thức tổ chức: Cha mẹ cùng trẻ xem những đoạn phim về việc bé đến trường, các hoạt động ở trường mầm non, cho trẻ xem tranh, đọc sách truyện về bé đi học, một ngày ở trường mầm non, cùng trẻ chơi trò làm cô giáo. Cha mẹ đồng hành với trẻ khi đến trường tham quan và trải nghiệm trước môi trường mầm non.

2.2.2. Biện pháp 2: Tập cho trẻ một số kỹ

năng tự phục vụ

Mục đích: Biện pháp này nhằm phát triển tính tự lập và khả năng tự chăm sóc bản thân, giúp trẻ thích ứng tốt hơn khi rời xa sự chăm sóc của ba mẹ, gia đình.

Nội dung thực hiện: Cha mẹ giới thiệu cho bé tên và cách sử dụng bộ dụng cụ trong ăn uống như thìa, chén, ca; Dạy trẻ các trang phục đơn giản, cách tự cởi và mặc quần áo đơn giản, xỏ dép, giày, đội mũ. Cha mẹ cũng tạo điều kiện để dạy con biết đi vệ sinh, rửa tay, gọi cô khi có nhu cầu, bị đau, khó chịu; khuyến khích trẻ cất dọn đồ chơi, vật dụng cá nhân ngay sau khi dùng xong.

Hình thức tổ chức: Áp dụng trong môi trường gia đình, cha mẹ dành thời gian cho con, tạo ra các hoạt động có nội dung như trên thành các trò chơi, mang tính vui vẻ, khích lệ, không phải ép buộc; được lặp đi lặp lại hằng ngày thành thói quen.

2.2.3. Biện pháp 3: Tăng cường tương tác giữa cha mẹ và giáo viên

Mục đích: Thiết lập mối quan hệ chặt chẽ giữa gia đình và nhà trường, đảm bảo sự phối hợp hiệu quả trong việc hỗ trợ trẻ khi lần đầu đến trường thích ứng hiệu quả hơn.

Nội dung thực hiện: Nhà trường tổ chức tuyên sinh, tổ chức các buổi gặp gỡ cha mẹ học sinh hoặc tuyên truyền cho cha mẹ thông tin về chương trình giáo dục và môi trường học tập, các điều kiện cần đáp ứng trước khi trẻ nhập học. Bên cạnh đó, nhà trường, giáo viên nên thiết lập các kênh liên lạc như nhóm trò chuyện trực tuyến để cập nhật thông tin về tình hình của trẻ trước và khi đã đến trường để trẻ được hỗ trợ kịp thời. Khi trẻ đã chính thức đến trường, giáo viên có thể tạo điều kiện cho cha mẹ trẻ tham gia vào các hoạt động phù hợp của lớp học nhằm tăng cường sự gắn kết gia đình với giáo viên, nhà trường

Hình thức tổ chức: Tổ chức tại trường mầm non thông qua các buổi họp mặt, hội thảo, trao đổi trực tiếp hoặc trực tuyến, các hoạt động ngoại khóa có sự tham gia của phụ huynh.

2.2.4. Biện pháp 4: Khích lệ bước tiến của trẻ trong việc thích ứng

Mục đích: Giúp khuyến khích trẻ tăng cường biểu hiện tích cực, hạn chế tiêu cực, đồng thời tạo động lực tham gia vào các hoạt động học tập, vui chơi. Khi được khen thưởng đúng cách, trẻ sẽ tự tin, hứng thú hơn khi đến trường. Biện pháp này cũng tạo môi trường thi đua lành mạnh và gắn kết

giữa giáo viên với trẻ.

Nội dung: Giáo viên xác định rõ mục đích và kỹ năng khen thưởng để thực hiện hiệu quả, đồng thời phối hợp với nhà trường và phụ huynh để đảm bảo tính đồng bộ. Cần có kế hoạch theo dõi, đánh giá khách quan quá trình thích ứng của trẻ và tổ chức khen thưởng nhằm động viên tinh thần.

Hình thức tổ chức: Sử dụng biểu tượng vui (mặt cười, ngôi sao, chú thỏ) hoặc phần thưởng vật chất nhỏ (kẹo mút, bánh, đồ chơi) để khích lệ trẻ có tiến bộ trong việc làm quen với môi trường lớp học như không khóc, tham gia trò chơi, ăn hết suất...Thiết lập góc khích lệ trong lớp với bảng đánh giá và phần thưởng đa dạng. Khuyến khích phụ huynh tạo góc khen thưởng tại nhà để tăng hiệu quả thích ứng.

2.2.5. Biện pháp 5: Tổ chức góc thân thương tại lớp học

Mục đích: Giúp trẻ cảm thấy lớp học là nơi an toàn, quen thuộc, dễ chịu, gần gũi, có thể mang theo những đồ vật thân thương ở gia đình khi đến trường.

Nội dung thực hiện: Thiết lập một góc trong lớp học nơi mà trẻ có thể đặt các vật dụng quen thuộc của mình như gối ôm, đồ chơi yêu thích khi mang theo đến lớp. Đồng thời giáo viên cũng khuyến khích trẻ chia sẻ về những món đồ của mình với bạn bè trong khoảng thời gian hợp lý.

Hình thức tổ chức: Giáo viên sắp xếp vị trí góc này trong lớp học, đề xuất với phụ huynh, thỏa thuận với trẻ trong việc lựa chọn và mang theo đồ vật phù hợp, an toàn. Góc lớp này chỉ nên tổ chức trong thời gian đầu để hỗ trợ việc thích ứng của trẻ khi đến trường.

2.2.6. Biện pháp 6: Tổ chức các lớp học mở nơi cha mẹ có thể tham gia cùng con

Mục đích: Nhằm giúp cho cha mẹ có cơ hội cùng con trải nghiệm môi trường học tập, tăng cường sự kết nối giữa gia đình và nhà trường.

Nội dung thực hiện: Giáo viên tổ chức các buổi học mở để phụ huynh có cơ hội tham gia vào các hoạt động lớp học cùng con. Xây dựng các hoạt động mang tính tương tác cao giữa cha mẹ và con như đọc sách, làm thủ công, tham gia trò chơi tập thể, hội chợ, hoạt động nghệ thuật.

Hình thức tổ chức: Tổ chức trực tiếp tại trường, dưới sự điều phối của giáo viên và sự hợp tác từ phụ huynh để các hoạt động mang lại hiệu quả.

III. KẾT LUẬN

Việc chuẩn bị chu đáo cho trẻ 24 - 36 tháng

tuổi trước khi bước vào trường mầm non đóng vai trò quan trọng trong việc giúp trẻ thích ứng nhanh chóng và hiệu quả. Thông qua các biện pháp tâm lý, rèn luyện kỹ năng tự phục vụ, tăng cường sự phối hợp giữa gia đình và nhà trường, khuyến khích tiến trình thích ứng và duy trì cảm giác an toàn thông qua góc lớp thân thương, cùng với sự tham gia của cha mẹ vào hoạt động tại trường, trẻ

có thể phát triển một cách toàn diện, sẵn sàng cho quá trình học tập và hòa nhập xã hội sau này. Như vậy, chuẩn bị cho trẻ 24 – 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non không chỉ giúp trẻ phát triển tâm sinh lý ổn định mà còn củng cố môi trường giáo dục, nâng cao chất lượng chăm sóc của giáo viên và mang lại lợi ích cho chính cha mẹ và gia đình của trẻ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Cornea, G. G. (2018). *The Importance of the Partnership Family-Kindergarten-Counselor in Preparing Preschool Children*. Scientific Research & Education in the Air Force-AFASES, 381–388.
- Datler, W., Ereky-Stevens, K., Hover-Reisner, N., & Malmberg, L. E. (2012). *Toddlers' transition to out-of-home day care: Settling into a new care environment*. Infant Behavior and Development, 35(3), 439–451. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2012.02.007>
- Duraj, D. (2024). *Jak pomóc dziecku stać się przedszkolakiem*. Proces adaptacji do środowiska przedszkolnego. In *Innowacyjność w praktyce pedagogicznej*. Tom I: Teoria i praktyka (pp. 142–155). Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Erbay, F., & Saltalı, N. D. (2020). *Do the school adaptation levels of preschoolers vary according to their relationship with their teachers?* International Journal of Evaluation and Research in Education, 9(4), 857–864. <https://doi.org/10.11591/ijere.v9i4.20540>
- Laura, G., & Loredana, B. (2017). *Educational Counselling Of Pre-School Children For Adaptation To The Kindergarten Environment*. 942–955. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2017.10.90>
- Trần Thị Kim Liên. (2022). *Chuẩn bị cho trẻ 24 - 36 tháng tuổi thích ứng với trường mầm non* [Đại Học Sư phạm Hà Nội]. <https://sdh.hnue.edu.vn/dao-tao/tien-si/p/toan-van-luan-an-tien-si-khgd-cn-giao-duc-mam-non-ncs-tran-thi-kim-lien-2684>