

CẨM NANG SƠ SINH HỮU ÍCH



# Montessori Playbook

## Kích Hoạt Giác Quan

Kiến tạo môi trường sơ sinh chuẩn khoa học  
Ứng dụng theo Wonder Weeks cho bé 0-6 tháng

Tài liệu cá nhân hóa cho Mẹ {CUSTOMER\_NAME} & Bé {BABY\_NAME}

### MỤC LỤC

Thư Ngỏ & 3 Nguyên Tắc Montessori Sơ Sinh Vàng	Tr. 2
Montessori 0-2 Tháng: Khởi Dậy Giác Quan	Tr. 3
Montessori 3-4 Tháng: Khám Phá Đôi Tay	Tr. 4
Montessori 5-6 Tháng: Vận Động Không Gian	Tr. 5
Lịch Hoạt Động & Liên Hệ Tác Giả	Tr. 6

Nhiều cha mẹ lầm tưởng rằng Montessori chỉ dành cho trẻ đã biết đi hay đi học mầm non. Tuy nhiên, giai đoạn sơ sinh (0–6 tháng) chính là **thời kỳ vàng của sự phát triển giác quan và tiếp thu vô thức** (*Absorbent Mind* — Maria Montessori). Việc kiến tạo một không gian đúng chuẩn giúp con tự do vận động, thúc đẩy các khớp thần kinh phát triển vượt bậc. — Nguyễn Thanh Mai

### 🌟 3 NGUYÊN TẮC MONTESSORI SƠ SINH VÀNG

- 1 Tự do vận động (Freedom of Movement)**  
Không giữ chân tay bé quá nhiều, không cho con ngồi xe tập đi sớm. Khuyến khích bé tự do vướn đuối trên thảm phẳng — phát triển phản xạ thần kinh cơ tự nhiên theo đúng trình tự sinh học: lấy → bò → đứng → đi.
- 2 Môi trường chuẩn bị sẵn (Prepared Environment)**  
Đồ vật thấp ngang tầm mắt bé, không gian gọn gàng tối giản, ánh sáng tự nhiên vừa đủ. Não bé xử lý thông tin hiệu quả hơn khi không bị quá tải giác quan — ít đồ chơi hơn = tập trung sâu hơn.
- 3 Quan sát thay vì can thiệp (Observe, Don't Interrupt)**  
Khi bé đang tập trung khám phá đồ vật, đừng ngắt lời hay đưa thêm đồ chơi. Giai đoạn tập trung là khoảnh khắc học hỏi quý giá nhất — gọi là *sensitive period* trong Montessori.

⚠️ **Tránh tuyệt đối trước 18 tháng:** Tivi & điện thoại trước mặt bé · Đồ chơi phát sáng màu xanh lam (ức chế melatonin) · Walker/xe tập đi sớm (chậm phát triển vận động cốt lõi) · Quá nhiều đồ chơi cùng lúc (quá tải giác quan)

**Giai Đoạn 0-2 Tháng: Khởi Dậy Giác Quan**

**Tập trung:** Phát triển thị giác đen trắng (tầm nhìn 20-30cm) và duy trì cảm giác an toàn như trong tử cung mẹ. Não bé ở giai đoạn này cần **kích thích tương phản cao**, không phải màu sắc.

**Munari Mobile — Kích Thích Thị Giác**

Treo Munari (đồ chơi treo nổi hình khối đen trắng 3D) cách mắt bé **25-30cm**, đúng chính giữa tầm nhìn.

*Tác dụng: Trẻ sơ sinh chỉ nhìn rõ tương phản đen trắng. Munari giúp rèn cơ mắt, khả năng tập trung thị giác và theo dõi chuyển động — nền tảng cho đọc viết sau này.*

**Nệm Bé Topponcino — Môi Trường Ổn Định**

Đặt bé trên nệm mỏng bầu dục (Topponcino) bằng bông tự nhiên khi bé hoặc chuyển tay.

*Tác dụng: Nệm giữ ấm thân nhiệt và lưu mùi hương quen thuộc của mẹ — bé không bị giật mình khi chuyển tay vì môi trường xúc giác không thay đổi đột ngột.*

**Tummy Time — Phát Triển Cơ Cốt Lõi**

Đặt bé nằm sấp trên thảm phẳng **3-5 phút x 3-4 lần/ngày** (khi bé tỉnh táo, 30 phút sau bú).

*Tác dụng: Tăng cường cơ cổ, lưng, vai — nền tảng sinh học bắt buộc cho cột mốc lật ngửa, bò, đứng sau này. Không tummy time = chậm vận động thô.*

**✓ Check-in tháng 1-2:** Bé nhìn theo vật di chuyển  · Bé cười xã hội lần đầu (tuần 6-8)  · Ngẩng đầu 45° khi nằm sấp  · Phản ứng với giọng nói mẹ

**Giai Đoạn 3-4 Tháng: Khám Phá Đôi Tay**

**Tập trung:** Thúc đẩy kỹ năng cầm nắm có chủ đích, phối hợp tay-mắt và bắt đầu cảm nhận màu sắc thế giới. Đây là giai đoạn bé "phát hiện" ra bàn tay của mình.

**Gobbi Mobile — Nhận Biết Dài Màu**

Treo Gobbi (5 quả cầu len cùng màu, chuyển sắc độ từ đậm đến nhạt dần) ở khu vực chơi của bé khi bé đã có thể nhìn màu sắc.

*Tác dụng: Kích hoạt cảm nhận độ sâu và sự khác biệt tinh tế giữa các sắc thái — nền tảng của thẩm mỹ thị giác và tư duy phân biệt.*

**Vòng Gỗ Tự Nhiên & Lắc Chuông**

Đưa vòng gỗ tự nhiên hoặc quả bóng vải mềm có gắn chuông nhỏ để con tập cầm nắm bằng ngón tay.

*Tác dụng: Phát triển phản xạ khum tay chủ động, phối hợp cơ bàn tay và hiểu nguyên nhân-kết quả (lắc tay → nghe tiếng chuông). Không dùng đồ chơi nhựa phát sáng điện tử.*

**Serve & Return — Xây Dựng Ngôn Ngữ**

Khi bé phát âm "ba ba", "gu gu" → bắt chước lại ý chang giọng bé, rồi dừng chờ bé phản hồi.

*Tác dụng: Xây dựng 300 triệu kết nối thần kinh ngôn ngữ trong 3 năm đầu đời qua mỗi cuộc "trò chuyện" qua lại này. Nghiên cứu Harvard: serve-and-return dự đoán IQ ngôn ngữ mạnh hơn flashcard.*

**✓ Check-in tháng 3-4:** Bé nhìn theo bàn tay mình □ · Cầm vật 5-10 giây □ · Cười thành tiếng □ · Ngẩng đầu 90° khi nằm sấp □ · Phát âm nguyên âm a, ơ, u □

**🌟 Giai Đoạn 5–6 Tháng: Vận Động Không Gian**

**Tập trung:** Khuyến khích lẫy sấp, tự bò rướn, tự quan sát bản thân và rèn luyện phối hợp 2 tay cầm nắm. Đây là giai đoạn bé bắt đầu **di chuyển chủ đích** để với tới mục tiêu.

**🪞 Gương Mica Sát Đất — Self-Awareness**

Lắp gương an toàn (gương mica dẻo) nằm ngang sát sàn, cạnh thảm chơi của bé.

*Tác dụng:* Cho phép con thấy các chuyển động của cơ thể mình, hình thành tự nhận thức (self-awareness). Kích thích bé lẫy/bò rướn để ngắm mình — nguồn thúc đẩy vận động tự nhiên mạnh nhất.

**🏠 Bóng Vải Takane — Kích Thích Bò Rướn**

Đặt bóng vải múi Takane trước tầm tay bé vài cm hoặc treo bằng chun co giãn phía trên thảm.

*Tác dụng:* Thiết kế múi len giúp bé bấu ngón tay vào dễ dàng. Khoảng cách vừa tầm thúc bé rướn người để chạm mục tiêu — bước tiến để của bò.

**🗑️ Giỏ Kho Báu (Treasure Basket)**

Đặt 5–7 đồ vật tự nhiên an toàn vào giỏ mây: muống gỗ, vải lụa, vỏ ốc, chai thủy tinh nhỏ, thìa kim loại. Để bé tự khám phá không giới hạn.

*Tác dụng:* Kích thích đồng thời 5 giác quan — xúc giác (chất liệu khác nhau), thị giác (màu sắc), thính giác (âm thanh), khứu giác, vị giác. Phát triển trí tò mò khoa học từ sơ sinh.

**✅ Check-in tháng 5–6:** Bé lẫy sấp thành thục ☐ · Bò rướn về phía đồ vật ☐ · Chuyển đồ vật 2 tay ☐ · Ngồi có đỡ 30 giây ☐ · Phát âm phụ âm ba, ma ☐

**LỊCH MONTESSORI 0-6 THÁNG — IN RA & DÁN PHÒNG CHƠI**

Giai đoạn	Đồ vật & Hoạt động cốt lõi	Tuyệt đối tránh
0-2 tháng	Thảm nằm phẳng · Munari đen trắng 25cm · Nệm Topponcino · Tummy time 3-4x/ngày · Ánh sáng tự nhiên	Tivi · Đồ sáng xanh · Xe nhún điện
3-4 tháng	Gobbi dài màu · Vòng gỗ lắc chuông · Tummy time 3x/ngày · Trò chuyện serve-return	Walker · Jumper · Bouncer điện
5-6 tháng	Gương mica sát đất · Bóng vải Takane · Giỏ kho báu 5-7 vật tự nhiên	Điện thoại trước mặt · Xe tập đi

**📋 CHECK HOẠT ĐỘNG ĐÃ LÀM VỚI CON**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Treo Munari đen trắng | <input type="checkbox"/> Vòng gỗ / lắc chuông    |
| <input type="checkbox"/> Nệm bé Topponcino     | <input type="checkbox"/> Gương mica sát đất      |
| <input type="checkbox"/> Tummy time hàng ngày  | <input type="checkbox"/> Bóng vải Takane         |
| <input type="checkbox"/> Treo Gobbi dài màu    | <input type="checkbox"/> Giỏ kho báu thiên nhiên |

**Nguyễn Thanh Mai**

IBCLC Candidate · Chuyên viên tư vấn sữa mẹ

☎ 0901 233 633 (Zalo / WhatsApp 24/7)

🌐 mesuahanphuc.com · hỏi-dáp



Đặt lịch tư vấn