

Hướng dẫn thảo luận

Hướng Dẫn Thảo Luận cho Bài 2: Tại sao 2,000 Ngày Đầu Đời Lại Quan Trọng: Tìm Hiểu Bên Trong Não Bộ

Thời gian của bài học: 20 phút

Ước tính thời gian để hoàn tất bài học theo hướng dẫn thảo luận: 40-60 phút

Dưới đây là đề nghị về những chỗ nên tạm ngưng và những câu hỏi nên đặt ra trong phần thảo luận nhóm. Xin đừng ngần ngại làm theo đề nghị của nhóm và thảo luận về những chủ đề và thắc mắc có giá trị nhất cho nhóm!

Những điểm chính:

- Não bộ được hình thành. Một số lượng rất lớn sự phát triển của não được hình thành trong năm năm đầu đời.
- Những kinh nghiệm trong thời thơ ấu của đứa trẻ sẽ hình thành cách phát triển tự nhiên của não.
- Sự vững chắc của những liên kết hình thành trong não của đứa trẻ lệ thuộc vào một mức độ nào đó, tần suất kinh nghiệm mà đứa trẻ có được trong đời sống.

Tóm tắt bài học:

Trang 1: *Phần Mở Đầu*

Trang 2: *Lời Cảm Ơn*

Trang 3: *Sự Biến Chuyển Kỳ Diệu*

Trang 4: *Sự Phát Triển Của Não trong Năm Năm Đầu Đời*

Trang 5: *Tế Bào Thần Kinh là những Cơ Quan Truyền Thông Tin*

Trang 6: *Tế Bào Thần Kinh Hoạt Động trong Mạng Lưới*

🌟 Đề nghị tạm ngưng ở đây

- Não của trẻ em phát triển với một tốc độ rất nhanh. Đến cuối năm đầu đời, não của đứa trẻ đã bằng khoảng 70% cỡ não của người lớn. Đến lúc năm tuổi, não của đứa trẻ bằng khoảng 90% cỡ não của người lớn. Khoảng thời gian này trong cuộc đời của đứa trẻ cũng là lúc kèm theo sự học hỏi rất lớn. Hãy nghĩ về những điều mà quý vị đã học được trong năm năm vừa qua. Tiếp theo, hãy so sánh khối lượng kiến thức đó với những gì một đứa trẻ học được trong năm năm đầu đời của em.
- Mặc dù não của đứa trẻ năm tuổi có thể bằng 90% cỡ não của người lớn, điều này **không** có nghĩa là não của đứa trẻ đã được “hoàn hảo” 90% vào lúc năm tuổi. Đứa trẻ năm tuổi vẫn còn nhiều, rất nhiều điều nữa cần phải học. Nhưng đến lúc năm tuổi, trẻ em đã có đủ hầu hết những thứ cần thiết, thí dụ như tế bào thần kinh để tạo nên não bộ. Não của đứa trẻ ưu tiên nhất cho việc học từ những kinh nghiệm hàng ngày mà đứa trẻ đó trải qua. Vào giai đoạn này, não bộ giống như một bản phác họa thô, sẵn sàng cho những kinh nghiệm trong đời sống tiếp tục chi tiết hóa nó thành bộ não chuyên dụng của người trưởng thành. Hãy cho biết một số điểm khác nhau giữa não của một đứa trẻ, và não của người lớn? Giống nhau?

Trang 7: *Rừng Liên Kết Não Bộ*

Trang 8: *Tạo Dựng Bộ Não Linh Hoạt*

Trang 9: *Kinh Nghiệm Giúp Củng Cố Các Liên Kết*

Truy cập

outreach.ilabs.uw.edu

Để xem thêm tài nguyên và
thông tin miễn phí

INSTITUTE FOR
LEARNING
& BRAIN
SCIENCES

Hướng dẫn thảo luận

🔗 Đề nghị tạm ngưng ở đây

- Việc thường xuyên lặp lại một công việc hay thường xuyên có kinh nghiệm giúp củng cố những liên kết liên quan giữa các tế bào thần kinh trong não của quý vị. Cả kinh nghiệm tốt và xấu đều sẽ củng cố những liên kết tế bào thần kinh nếu xảy ra thường xuyên. Đã biết được điều này, hãy thảo luận về những kinh nghiệm mà quý vị muốn trẻ em có, khi những liên kết trong não của các em đang được tạo dựng.
- Chúng ta có thể củng cố những liên kết trong não của chúng ta vào bất cứ lúc nào trong cuộc đời - quý vị luôn luôn có thể học những điều mới! - nhưng trẻ em đặc biệt nhạy cảm với những kinh nghiệm giúp các em tạo ra những liên kết đó. Quý vị có nhớ là đã học được điều gì quan trọng lúc còn nhỏ mà đến nay quý vị vẫn rất giỏi về việc đó không (đọc sách, đi xe đạp, chơi nhạc cụ)? Có một công việc tương tự nào khác mà quý vị đã cố gắng học khi đã trưởng thành không? Kinh nghiệm của quý vị về cách học để làm điều này khi trưởng thành như thế nào? Quý vị đã phải tập luyện việc đó bao lâu mới cảm thấy thành thạo?

Trang 10: *Não Loại Bỏ Những Liên Kết Không Sử Dụng*

Trang 11: *Một Bộ Não Mạnh Mẽ*

Trang 12: *Sinh Trưởng + Kinh Nghiệm Tạo Dựng Nên Não*

🔗 Đề nghị tạm ngưng ở đây

- Vào lúc năm tuổi, não của trẻ em có một số lượng liên kết giữa các tế bào thần kinh nhiều gấp đôi não của người lớn. Qua một tiến trình gọi là cắt tỉa, những liên kết dư thừa, không cần thiết sẽ được loại bỏ. Quý vị nghĩ tại sao não cần phải “cắt tỉa”? Quý vị nghĩ tại sao đây là một tiến trình quan trọng và cần thiết?

Trang 13: *Tìm Hiểu về Việc Phát Triển của Não*

Trang 14: *Tìm Hiểu về Việc Phát Triển của Não (phim video)*

Trang 15: *Tạo Ra Một Bộ Não Biết Phối Hợp (1/3)*

Trang 16: *Tạo Ra Một Bộ Não Biết Phối Hợp (2/3)*

Trang 17: *Tạo Ra Một Bộ Não Biết Phối Hợp (2/3)*

🔗 Đề nghị tạm ngưng ở đây

- Trong phim video Emma khoảng sáu tuổi và trong lúc em nghe những âm thanh của tiếng nói, các vùng trong não của em chịu trách nhiệm về nhận thức tiếng nói (nghe) đang hoạt động. Trong lúc em đang nghe, quý vị nghĩ điều gì có thể đang xảy ra trong vùng tạo ra tiếng nói (nói) trong não của em và những liên kết tế bào thần kinh giữa hai vùng đó?
- Quý vị nghĩ tại sao các vùng trong não không có liên kết hay “nối kết” hoàn toàn từ khi chúng ta mới chào đời?

Trang 18: *Học Hỏi Những Điều Xảy Ra Trong Sự Quan Hệ*

🔗 Chỗ tạm ngưng cuối

- Kinh nghiệm hình thành sự phát triển và tăng trưởng não của đứa trẻ. Những kinh nghiệm phong phú xảy ra trong bối cảnh của những mối quan hệ. Những mối quan hệ phát triển vững chắc hơn qua sự tiếp xúc hàng ngày, nhất là qua việc chơi đùa.

Truy cập

outreach.ilabs.uw.edu

Để xem thêm tài nguyên và
thông tin miễn phí

INSTITUTE FOR
LEARNING
& BRAIN
SCIENCES

Hướng dẫn thảo luận

Quý vị thấy những cách nào để chơi đùa và tiếp xúc với trẻ em mà đưa trẻ đặc biệt thích thú và nhiệt tình tham gia? Hay là quý vị?

- Giờ đây quý vị đã biết chút ít về việc não của đứa trẻ phát triển như thế nào, quý vị thích tìm hiểu thêm về điều gì?

Để tìm hiểu thêm về não và sự phát triển của trẻ thơ, hãy xem trong những tài liệu sau đây:

[Alberta Family Wellness Initiative | Kinh Nghiệm Thời Thơ Ấu & Biểu Hiện Di Truyền](#)

[Center on the Developing Child | Những Khái Niệm Chính](#)

[The DANA Alliance for Brain Initiatives | Brain Basics](#)

[Vroom](#)

[ZERO TO THREE | Baby Brain Map](#)

[ZERO TO THREE | Sự Phát Triển Của Não](#)

Chúng tôi luôn luôn cố gắng để cải thiện những tài liệu của chúng tôi. Quý vị có đề nghị gì về những chủ đề nên thêm vào tài liệu hướng dẫn này không? Nhóm của quý vị có thảo luận về một chủ đề mà chúng tôi đã không gợi ý không? Chúng tôi muốn được nghe ý kiến từ quý vị! Xin email những suy nghĩ của quý vị cho chúng tôi đến địa chỉ ilabsout@uw.edu.

Truy cập
outreach.ilabs.uw.edu
Để xem thêm tài nguyên và
thông tin miễn phí

INSTITUTE FOR
LEARNING
& BRAIN
SCIENCES