

# CẨM NANG SINH HOẠT BẰNG TRANH CHO BÉ

3



## KĨ NĂNG ĐI RA NGOÀI



Biên soạn: HỘI NGHIÊN CỨU KHOA HỌC  
ĐỜI SỐNG TRẺ EM NHẬT BẢN  
Cố vấn: MASA AKI YATAGAI  
AKIRA MURAKOSHI  
Tranh: CHIKA KITAMORI



NHÀ XUẤT BẢN KIM ĐỒNG



VÀO NGÀY ĐẸP TRỜI,  
BÉ ĐI RA NGOÀI CHƠI  
NÀO. ĐI ĐÁU NHỈ? MANG  
NHỮNG GÌ ĐI? PHẢI CẦN  
THẬN XE CỘ NHÉ!  
ĐI CHƠI CÙNG NÊN  
MUA SẮM CHỨ?  
“CON XUẤT PHÁT ĐÂY!”



# CẨM NANG SINH HOẠT BẰNG TRANH CHO BÈ

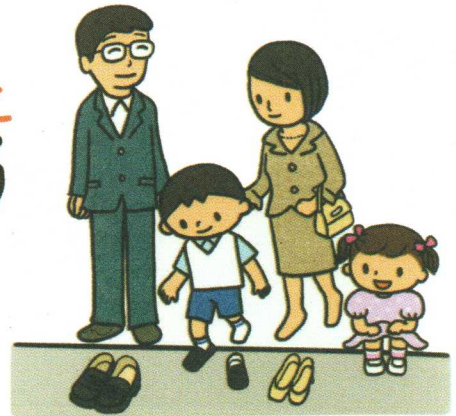


3



## KĨ NĂNG ĐI RA NGOÀI

Biên soạn: HỘI NGHIÊN CỨU KHOA HỌC  
ĐỜI SỐNG TRẺ EM NHẬT BẢN  
Cố vấn: MASA AKI YATAGAI  
AKIRA MURAKOSHI  
Tranh: CHIKA KITAMORI



NHÀ XUẤT BẢN KIM ĐỒNG



# 3 KĨ NĂNG ĐI RA NGOÀI



## MỤC LỤC



Quần áo, dầu tóc trước khi đi ra ngoài..... 4

Mặc gì đi?..... 6

Đem gì theo?..... 8

Kiểm lại vật dụng trước khi ra khỏi nhà..... 10

Đi bộ nào!..... 12

Đi bằng phương tiện giao thông nào?..... 14

Đi công viên..... 16

Đi nhà trẻ, mẫu giáo..... 18







Đi cửa hàng mua đồ..... 20

Đến nhà người khác..... 22

Đi bệnh viện..... 24

Đi thư viện..... 26

Gặp khúc mắc khi ở xa nhà..... 28

Trước khi nói "Con đi đây ạ!" ..... 30

Đi khu vui chơi..... 32

Đi dã ngoại..... 34

Đi bơi..... 36

Kế hoạch du lịch..... 38

Ở khách sạn, nhà nghỉ..... 40

Sau khi về nhà..... 42

Đôi lời nhắn nhủ..... 44



# QUẦN ÁO, ĐẦU TÓC TRƯỚC KHI RA NGOÀI



ĐƯỢC ĐI RA NGOÀI VUI NHỈ? NHƯNG BÉ THỬ  
NGHĨ XEM TRƯỚC KHI RA NGOÀI CẦN PHẢI  
CHUẨN BỊ NHỮNG GÌ NHÉ!

**NHỚ VỆ SINH SẠCH SẼ RỒI MỚI ĐI!**

RỬA MẶT.



ĐÁNH RĂNG.



CHẢI ĐẦU.



CẮT MŨNG TAY DÀI.



## ĂN MẶC NGHIÊM CHỈNH RỒI ĐI



- ÁO TRONG CÓ THỜ RA NGOÀI KHÔNG?
- ĐÃ KÉO KHÓA, CÀI CÚC CHƯA?
- TẮT ĐI VÀO CHÂN NGAY NGÃN CHƯA?

## •MẶC ĐIỆN RỒI ĐI



SOI  
GƯƠNG.



XINH LẼM!



## •ĐỪNG QUÊN ĐI VỆ SINH



CHUẨN BỊ XONG  
CHƯA NÀO?



CHÚNG TA  
ĐI THÔI!



# MẶC GÌ ĐI?

NÀO! ĐI RA NGOÀI, BÉ MẶC GÌ NHỈ?



## MẶC ĐỒ PHÙ HỢP VỚI THỜI TIẾT

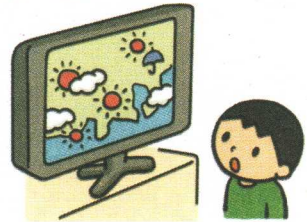
• BÊN NGOÀI, TRỜI LẠNH HAY NÓNG NHỈ?

BÉ THỬ MỞ  
CỬA SỔ RA  
XEM.

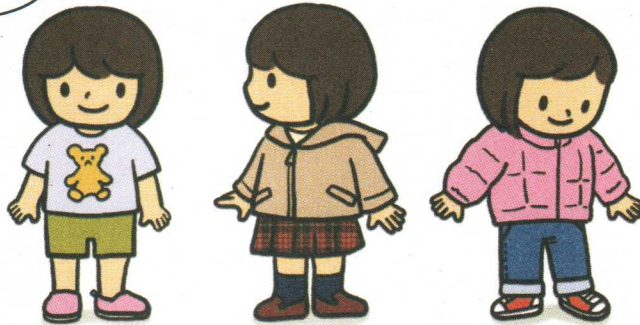


Ôi, GIÓ  
LẠNH GHÊ!

DỰ BÁO THỜI TIẾT



HÃY MẶC QUẦN  
ÁO PHÙ HỢP VỚI  
THỜI TIẾT.



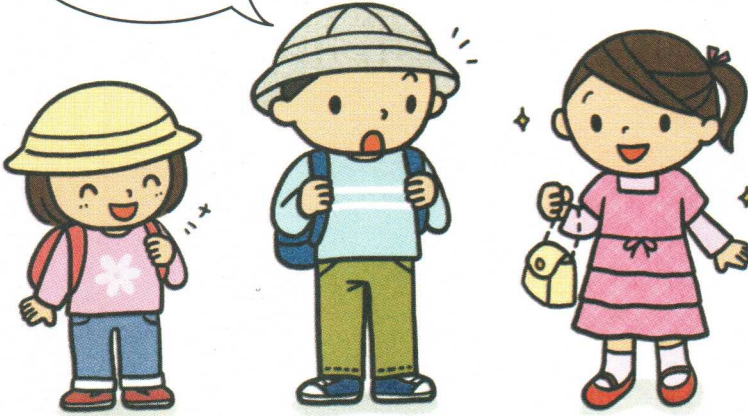
NHỚ PHỐI CÙNG PHỤ KIỆN  
NỮA NHÉ!



## MẶC ĐỒ PHÙ HỢP VỚI HOÀN CẢNH

BỌN MÌNH ĐI LEO NÚI ĐẤY, MẶC THỂ CỐ SAO KHÔNG?

HÔM NAY, CHÚNG MÌNH ĐI ĐÂU NHỈ?...



## TRƯỚC KHI RA NGOÀI NHỚ ĐI GIÀY CHẮC CHẮN



DÁN CHẶT DÂY CÀI.



# ĐEM GÌ THEO?

BÉ KIỂM KÊ XEM CẦN ĐEM NHỮNG GÌ  
CẦN THIẾT CHO CHUYẾN ĐI NHÉ!



## NHỮNG ĐỒ DÙNG THIẾT YẾU, LUÔN ĐEM THEO



KHĂN  
MÙI XOA



KHĂN GIẤY

HÃY CHO SẴN  
VÀO TÚI NHÉ!



## ĐỒ DÙNG PHÙ HỢP VỚI THỜI TIẾT

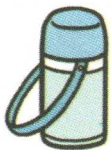
### KHI TRỜI NÓNG



Mũ



Khăn  
bông



Bình tông nước

### KHI TRỜI LẠNH



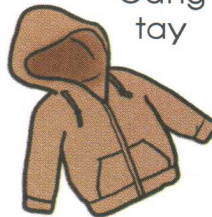
Mũ



Găng  
tay



Khăn  
quàng



Áo khoác

### KHI TRỜI CÓ VỀ SẼ MƯA



Ô



Áo  
mưa

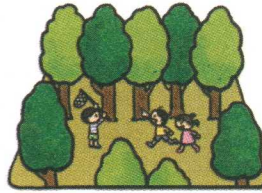


## ĐỒ SẼ DÙNG KHI TỚI NƠI

### KHI ĐI CÔNG VIÊN



### KHI ĐI BẮT VE, BẮT CÔN TRÙNG



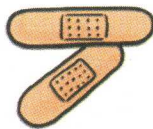
### KHI ĐI MUA ĐỒ



## ĐỒ DÙNG PHÒNG KHI CÓ SỰ CỐ XẢY RA

### KHI BỊ THƯƠNG

Thuốc bôi khi bị  
côn trùng đốt



Băng cứu thương

### KHI MỒ HÔI RA NHIỀU HAY QUẦN ÁO LẮM LEM



Khăn  
bông



Quần  
áo để  
thay

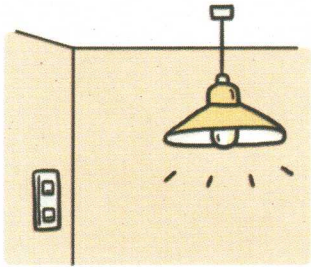


# KIỂM LẠI VẬT DỤNG TRƯỚC KHI RA KHỎI NHÀ

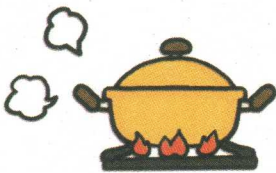
TRƯỚC KHI RA KHỎI NHÀ, BÉ HÃY NHÌN  
LẠI MỘT LƯỢT. NÀO! BÉ ĐÃ CHUẨN BỊ  
SẴN SÀNG CHƯA?



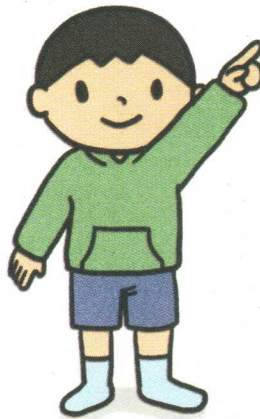
## KIỂM TRA NHÀ MỘT LẦN NỮA



ĐIỆN CÒN SÁNG KHÔNG?



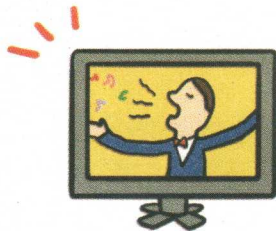
BẾP CÒN CHÁY KHÔNG?



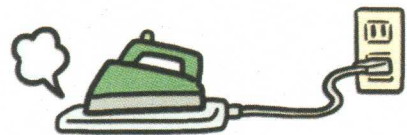
VỒI NƯỚC CÒN  
CHẢY KHÔNG?



CÓ CỬA SỔ NÀO  
ĐANG MỞ, CHƯA  
KHÓA KHÔNG?



TẮT TIVI CHƯA?



RÚT PHÍCH CẮM CHƯA?



HÃY CHO THÚ NUÔI ĂN VÀ TƯỚI NƯỚC CHO CÂY TRƯỚC KHI RA KHỎI NHÀ



ĐỪNG QUÊN NHỮNG VIỆC SAU



Đã đội mũ chưa?



Đã đi vệ sinh chưa?



Khăn mùi xoa, khăn giấy đã cho vào túi chưa?

Mang đồ đạc theo đầy đủ chưa?



CUỐI CÙNG LÀ KHÓA CỬA NHÀ.



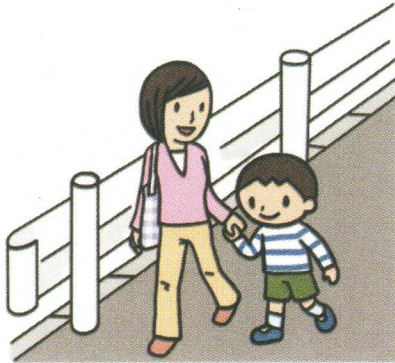
# ĐI BỘ NÀO!

NẾU GẦN, BÉ HÃY ĐI BỘ THÔI. NHƯNG CHÚ Ý CẨN THẬN KỂ BỊ TAI NẠN NHÉ!



## ĐI BỘ

•ĐI BỘ TRÊN VỈA HÈ

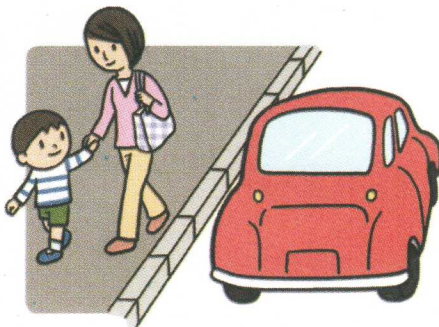


•ĐI BỘ SÁT VÀO MÉP ĐƯỜNG



CHÚ Ý KHÔNG MANG VÁC ĐỒ ĐẶC CỒNG KỀNH LẤN VÀO LÒNG ĐƯỜNG XE CHẠY.

•HÃY ĐỂ NGƯỜI LỚN ĐI NGOÀI, GẦN LÒNG ĐƯỜNG XE CHẠY



•KHÔNG LAO XUỐNG LÒNG ĐƯỜNG



## Ở GÓC RẼ

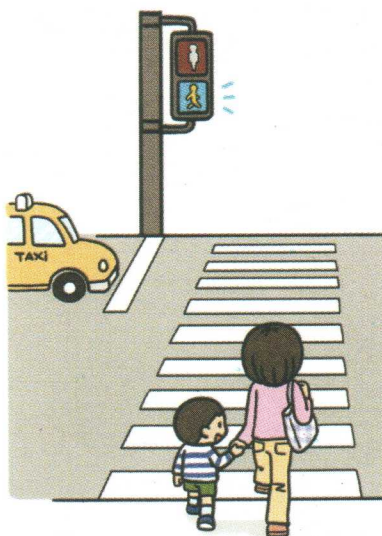
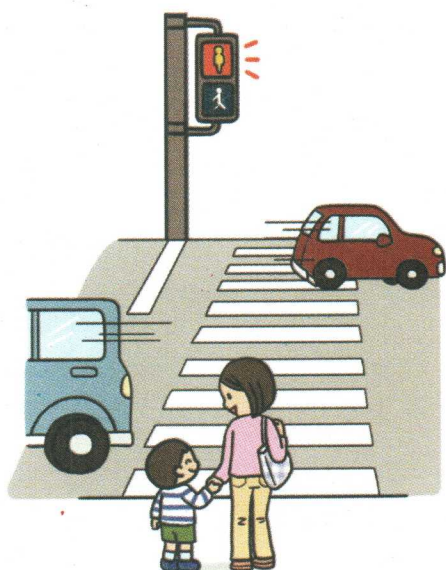
• ĐẾN GÓC RẼ THÌ DỪNG LẠI!



NHỚ NGÓ KỸ XEM ĐÈN GIAO THÔNG ĐANG ĐỎ HAY XANH

• ĐÈN ĐỎ THÌ DỪNG LẠI

• ĐÈN XANH THÌ QUA ĐƯỜNG





# ĐI BẰNG PHƯƠNG TIỆN GIAO THÔNG NÀO?



ĐI CHƠI BẰNG TÀU HAY XE CŨNG THÚ VỊ LẮM. XE HƠI, XE BUÝT HAY TÀU ĐIỆN, BÉ CHỌN ĐI BẰNG PHƯƠNG TIỆN GÌ?

## ĐI BẰNG XE HƠI

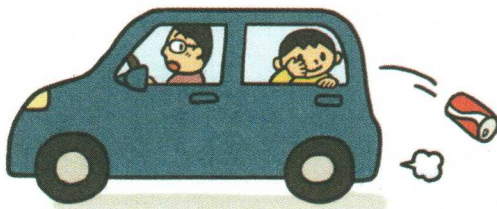
• BÉ HÃY NGỒI VÀO GHẾ TRẺ EM VÀ CÀI DÂY AN TOÀN



• SAU ĐÓ KHÓA CỬA LẠI



• KHÔNG VỨT ĐỒ QUA CỬA XE



• KHÔNG CHƠI ĐỒ VẬT LÀM ẢNH HƯỞNG ĐẾN NGƯỜI LÁI





## CHỜ XE BUÝT, TÀU ĐIỆN

### • XẾP HÀNG CHỜ XE BUÝT



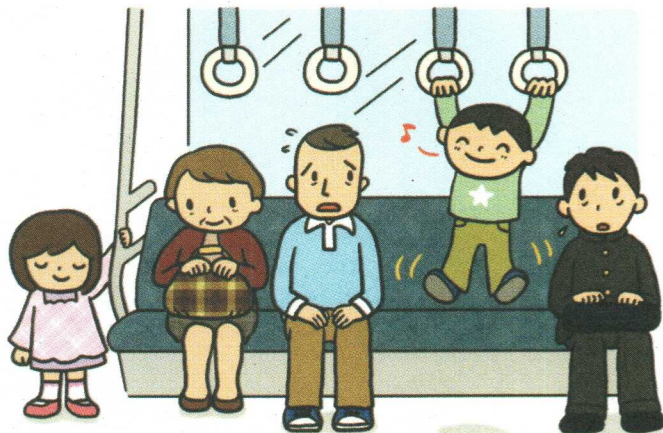
ĐANG CHỜ XE THÌ  
KHÔNG NÊN CHẠY  
NHẢY CHƠI ĐÙA.

### • CHỜ CỬA TÀU ĐIỆN MỞ



CHO NGƯỜI TRÊN TÀU  
XUỐNG TRƯỚC!

## TRÊN XE BUÝT, TÀU ĐIỆN



NẮM CHẶT VÀO CHỖ TAY VỊN.

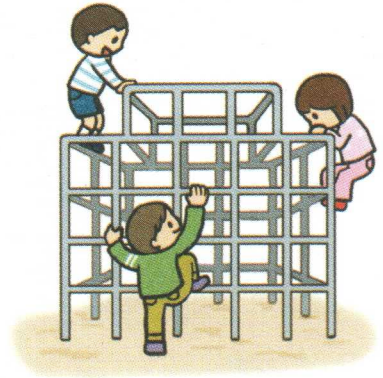
KHÔNG ĐÁNH ĐU  
TRÊN TAY VỊN.



Không đùa nghịch,  
hồ hét.

# ĐI CÔNG VIÊN

CHƠI Ở NGOÀI TRỜI THÍCH NHỈ?  
CÔNG VIÊN LÀ NƠI MỌI NGƯỜI NỘ ĐƯA  
VUI VẺ, LÀM THẾ NÀO ĐỂ CHƠI ĐƯA  
CHIA SẺ CÙNG NHAU?



## CHƠI ĐỒ CHƠI

### •CHƠI XÍCH ĐU



BÉ CẦN QUAN SÁT  
XEM PHÍA TRƯỚC VÀ SAU  
CÓ NGƯỜI KHÔNG.

### •CHƠI CẦU TRƯỢT

KHÔNG CHEN  
LẤN XÔ ĐẨY.



KHÔNG TRÈO  
NGƯỢC TỪ  
DƯỚI LÊN.

### •CHƠI BÃI CÁT



KHÔNG ĐƯA NGHỊCH  
NÉM CÁT.

### •CHƠI BẬP BÊNH



HÃY BẮM  
THẬT CHẮC.

KHÔNG XUỐNG ĐỘT NGỘT.



## CHƠI CÙNG CÁC BẠN NÀO!

### •CHƠI ĐỒ



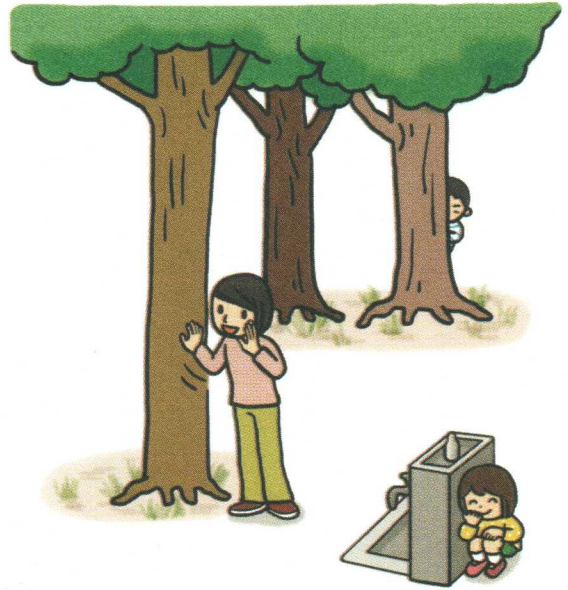
CHÚ Ý KHÔNG VA VÀO  
NGƯỜI XUNG QUANH.

### •CHƠI BÓNG



CHÚ Ý KHÔNG LĂN BÓNG  
RA NGOÀI CÔNG VIÊN.

### •CHƠI TRỐN TÌM



CÓ NHỮNG CHỖ NÀO  
ĐỂ TRỐN NHÍ?

## QUY ĐỊNH Ở CÔNG VIÊN

BÉ HÃY TUÂN THỦ NỘI QUY  
Ở CÔNG VIÊN NHÉ!



KHÔNG CHƠI TRÒ NGUY HIỂM.



KHÔNG NGHỊCH  
NƯỚC Ở VỒI.

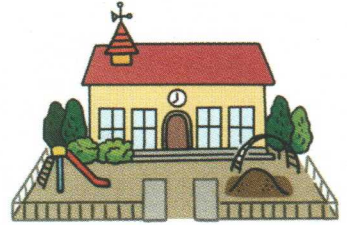


RÁC VỨT VÀO  
SỢT, HOẶC ĐEM  
VỀ NHÀ VỨT.



# ĐI NHÀ TRẺ, MẪU GIÁO

BÉ ĐẾN NHÀ TRẺ, MẪU GIÁO CHƠI VUI NHÉ!  
BÉ CÓ CHÀO THẦY CÔ VÀ NÓI CHUYỆN  
VỚI CÁC BẠN KHÔNG?



## CHÀO HỎI



## CHUẨN BỊ SẴN SÀNG



GIÀY



CẶP



SỔ ĐIỂM DANH

**BÉ HÃY NÓI NGAY VỚI THẦY CÔ KHI NÀO?**



**MỘT NGÀY, BÉ LÀM NHỮNG GÌ?**





# ĐI CỬA HÀNG MUA ĐỒ

BÉ MUA GÌ NHỈ? ĐẦU TIÊN HÃY NGHĨ XEM MUA GÌ, Ở CỬA HÀNG NÀO ĐÃ. SAU ĐÓ MANG THEO TÚI VÀ GIẤY GHI ĐỒ CẦN MUA.



## TRONG CỬA HÀNG GẦN NHÀ

### •CỬA HÀNG BÁNH MÌ



### •TRONG CỬA HÀNG CÁ



### •TRONG CỬA HÀNG RAU





## TRONG SIÊU THỊ



CÓ TỜ GIẤY GHI MÓN ĐỒ  
CẦN MUA TRONG TAY, CHÚNG  
TA KHÔNG SỢ QUÊN NỮA.

QUẦY THU NGÂN



THANH TOÁN TIỀN Ở  
QUẦY THU NGÂN.

## TRONG TRUNG TÂM THƯƠNG MẠI



## QUY ƯỚC KHI ĐẾN CỬA HÀNG

KHÔNG CHẠY NHẢY LUNG TUNG.



NẾU KHÔNG MUA, THÌ ĐỪNG  
TÙY TIỆN SỜ MÓ VÀO  
HÀNG HÓA TRUNG BẦY.



# ĐẾN NHÀ NGƯỜI KHÁC

KHI ĐẾN NHÀ NGƯỜI KHÁC,  
BÉ NÊN CƯ XỬ THẾ NÀO?



**HÃY Cởi GIÀY Ở CỬA**

CHÁU CHÀO CÔ!  
CHO PHÉP CHÁU  
VÀO NHÀ Ạ!

CHÀO CHÁU!  
MỜI CHÁU  
VÀO NHÀ!



NHỚ CHÀO HỎI LỄ PHÉP TRƯỚC NHÉ!



XẾP GỌN GÀNG GIÀY  
DÉP VỪA Cởi RA.

**NHỮNG VIỆC CẤM KỊ**



NHÀ CÓ ĐỒ  
UỐNG GÌ KHÔNG  
NHỈ?

ĐỪNG TỰ TIỆN MỞ ĐỒ ĐẠC  
HAY PHÒNG ỐC NHÉ!

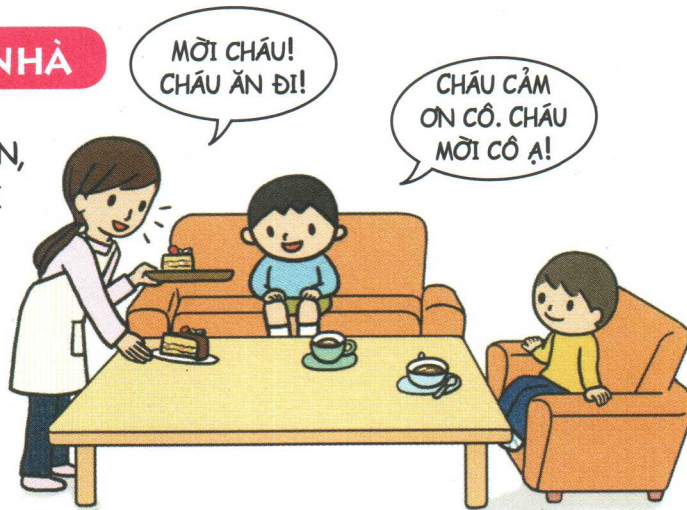
ĐÂY LÀ PHÒNG  
AI VẬY?





## Ở TRONG NHÀ

NẾU ĐƯỢC MỜI ĂN,  
BÉ NHỚ NÓI LỜI  
CẢM ƠN.



CHO TỐ XEM  
QUYỂN SÁCH KIA,  
ĐƯỢC KHÔNG?



CẦN XIN PHÉP RỒI MỚI  
ĐỘNG VÀO ĐỒ.

## NẾU BÉ MUỐN ĐI VỆ SINH

CÔ CHO CHÁU ĐI  
VỆ SINH NHỜ Ạ.



## KHI RA VỀ

CHÁU CẢM ƠN, CÔ NẤU  
ĂN KHÉO GHÊ! CHÀO CÔ  
CHÁU VỀ Ạ!



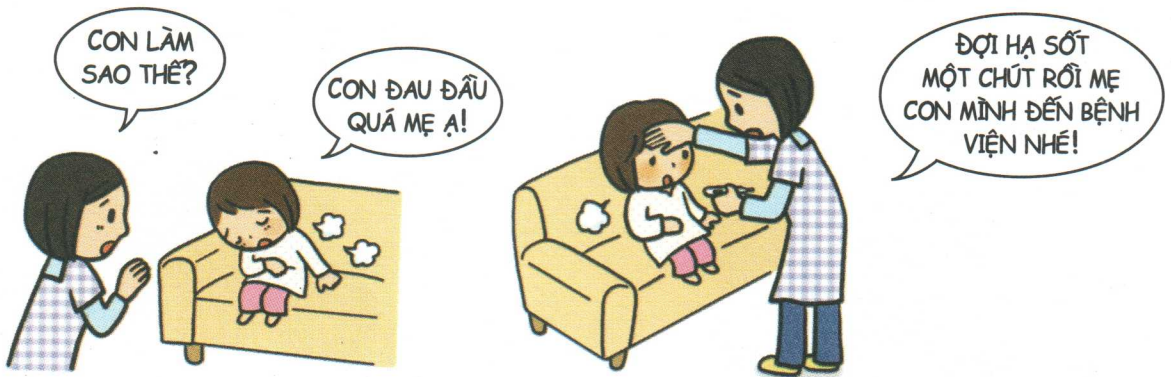


# ĐI BỆNH VIỆN

KHI BÉ BỊ SỐT, NGƯỜI MỆT MỎI,  
THÌ ĐẾN BỆNH VIỆN NGAY NHÉ!



## KHI NÀO BÉ CẦN TỚI BỆNH VIỆN?



- Người khó chịu
- Ho, sổ mũi
- Sốt
- Bị đau ở đâu đó

## TỚI BỆNH VIỆN

HÃY YÊN LẶNG CHỜ  
ĐỢI ĐẾN LƯỢT MÌNH  
ĐƯỢC GỌI TÊN.



## TRONG PHÒNG KHÁM

• BÉ HÃY TRẢ LỜI CÁC CÂU HỎI CỦA BÁC SĨ



• NHỜ BÁC SĨ KHÁM CHO



## VỀ ĐẾN NHÀ

BÉ NHỚ NGHE THEO LỜI DẶN CỦA BÁC SĨ.



# ĐI THƯ VIỆN

Ở THƯ VIỆN RẤT LÍ THÚ,  
CÓ NHIỀU SÁCH. BÉ MUỐN BIẾT  
CÓ NHỮNG LOẠI SÁCH GÌ KHÔNG?



## CHỌN SÁCH



CÔ CHO CHÁU  
HỎI, SÁCH VỀ  
KHỦNG LONG Ở  
ĐÂU A?



NẾU BÉ KHÔNG BIẾT  
CHỖ, HÃY HỎI NHÂN  
VIÊN THỦ THƯ.

## XEM SÁCH - ĐỌC SÁCH



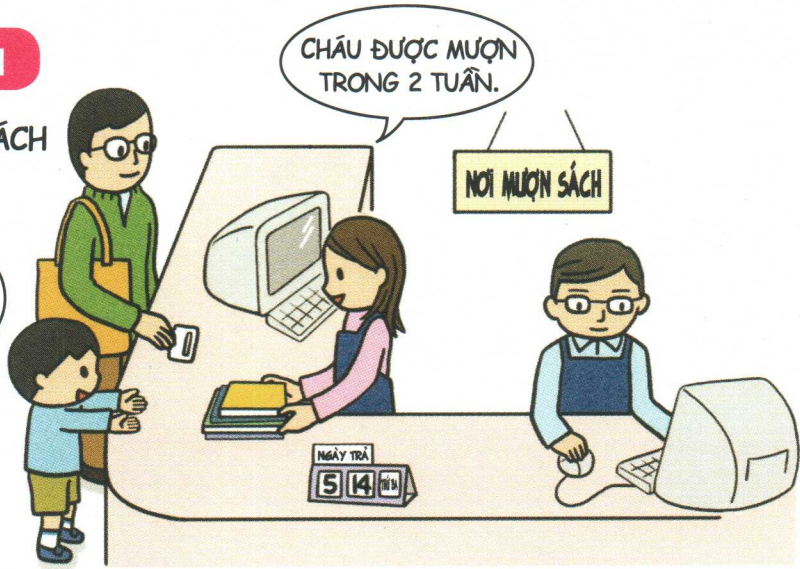
HÃY CHỌN MỘT VÀI CUỐN SÁCH,  
RỒI ĐỂ LÊN BÀN ĐỌC.



## MƯỢN SÁCH

ĐƯA THẺ MƯỢN SÁCH  
CHO THỦ THƯ.

CHO CHÁU  
MƯỢN 4  
QUYỂN Ạ!



## QUY ĐỊNH CỦA THƯ VIỆN

• GIỮ TRẬT TỰ



KHI BẮT BUỘC PHẢI LÊN TIẾNG  
THÌ HÃY NÓI KHẼ KHANG.

• KHÔNG DÂY BẮN RA SÁCH,  
TUYỆT ĐỐI KHÔNG XÉ SÁCH



• KHÔNG ĂN UỐNG KHI XEM SÁCH

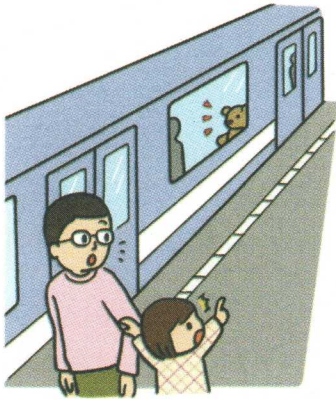


# GẶP KHÚC MẮC KHI Ở XA NHÀ

Ở XA NHÀ NẾU GẶP KHÚC MẮC THÌ BÉ NÊN THẾ NÀO? CHÚNG TA HÃY NHỚ NHÉ!



## KHI LÀM RƠI ĐỒ, HOẶC ĐỂ QUÊN ĐỒ



LÚC NÀO TÌM THẤY, CHÚNG TÔI SẼ LIÊN LẠC LẠI.

NHÂN VIÊN NHÀ GA



NHÂN VIÊN PHỤ TRÁCH ĐỒ THẤT LẠC

## KHI THẤY NGƯỜI KHÔNG KHỎE



### • NẾU BỊ THƯƠNG



Ở nhà ga hay khu vui chơi đều có phòng y tế.



## KHI BỊ LẠC

• BÉ HÃY NHỜ NGƯỜI BÁN HÀNG Ở GẦN ĐÓ

CHÁU BỊ LẠC  
CÓ ƠI!



Ở ngoài đường thì bé  
nhờ chú cảnh sát.

• HÃY NÓI VỚI  
HỌ THÔNG TIN  
CỦA MÌNH

• LUYỆN TẬP TỪ Ở NHÀ  
CÁC THÔNG TIN ĐÓ

- Họ tên
- Mấy tuổi
- Đi cùng ai?

CHÁU LÀ XỈU.  
CHÁU 5 TUỔI Ạ.



CÔ SẼ GỌI  
MẸ CHÁU. CHÁU  
CHỜ NHÉ!



MẸ CỦA CHÁU XỈU,  
5 TUỔI...





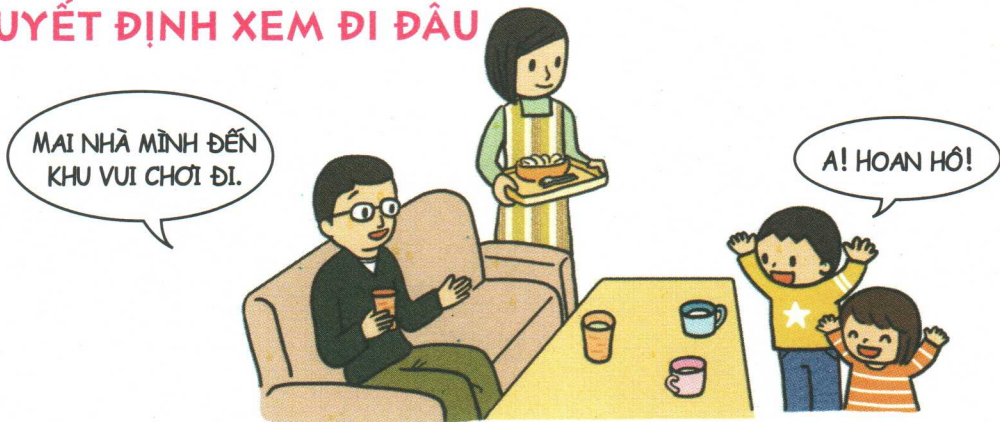
# TRƯỚC KHI NÓI "CON ĐI ĐÂY Ạ!"



TRƯỚC KHI ĐI RA NGOÀI, BÉ HÃY LÊN  
KẾ HOẠCH CỤ THỂ: ĐỊNH MẤY GIỜ RA  
KHỎI NHÀ, MẤY GIỜ VỀ...RỒI HÃNG LÊN ĐƯỜNG NHÉ!

## LÊN KẾ HOẠCH NÀO!

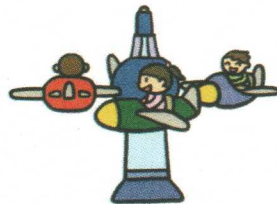
### •QUYẾT ĐỊNH XEM ĐI Đâu



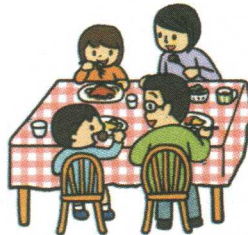
### •QUYẾT ĐỊNH XEM LÀM GÌ Ở NƠI ĐẾN



TÀU KHỞI  
HÀNH LÚC  
9 GIỜ.



CHƠI TRÒ  
CHƠI.



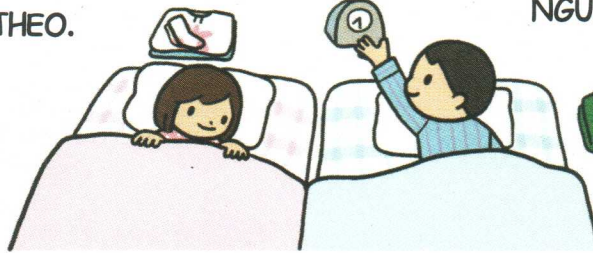
ĂN TRƯA Ở  
NHÀ HÀNG.



KHOẢNG 4 GIỜ  
VỀ NHÀ.

## CHUẨN BỊ TỪ HỒM TRƯỚC

ĐỒ MANG THEO.



NGỦ SỚM.



QUẦN ÁO.



## CHUẨN BỊ TRONG NGÀY XUẤT PHÁT

CON DẬY SỚM NHÉ!



CHÀO CÁC CON!



ĂN SÁNG ĐẦY ĐỦ.



## •NÓI KẾ HOẠCH ĐI CHƠI VỚI NGƯỜI Ở NHÀ

BÀ ƠI, CHÁU VÀ BỐ MẸ VỚI EM ĐI KHU VUI CHƠI. KHOẢNG 4 GIỜ NHÀ CHÁU VỀ!



CẢ NHÀ ĐI CẨN THẬN NHÉ!



# ĐI KHU VUI CHƠI

HÔM NAY TỚI KHU VUI CHƠI, BÉ RẤT HÁO HỨC. BÉ CẦN CHÚ Ý ĐIỀU GÌ?



## TỚI KHU VUI CHƠI

### •QUYẾT ĐỊNH XEM CHƠI TRÒ GÌ



ĐƯA VÉ Ở CỬA VÀO.



### CHÚ Ý KÈO BỊ LẠC!



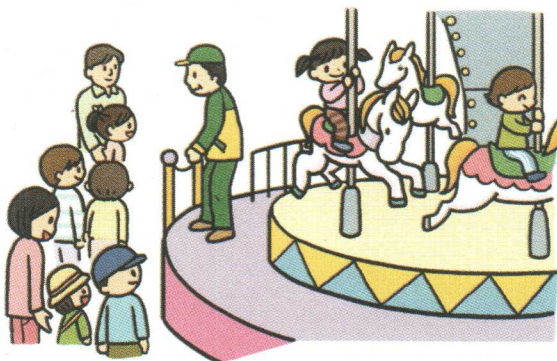
A HA! KHU VUI CHƠI ĐÂY RỒI!



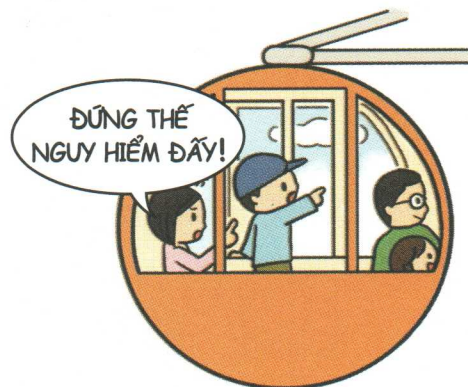
ỒI? MỌI NGƯỜI ĐỀU CẢ RỒI?

## CHƠI CÁC TRÒ CHƠI

### • XẾP HÀNG CHỜ TỚI LƯỢT



### • TUÂN THEO NỘI QUY KHI CHƠI



BÉ HÃY ĂN QUÀ VẬT KHI  
NGỒI NGHỈ GIẢI LAO,  
ĂN TỪ TỪ THÔI NHÉ!





# ĐI DÃ NGOẠI

NGÀY ĐẸP TRỜI RẤT HỢP VỚI VIỆC ĐI DÃ NGOẠI PHẢI KHÔNG NÀO? ĐỂ CÓ CHUYẾN ĐI VUI VẺ, BÉ NÊN LÀM GÌ NHỈ?



## CHUẨN BỊ HÀNH LÍ



## PHẦN CƠM HỘP MANG THEO CÓ NHỮNG GÌ?



## MẶC QUẦN ÁO DỄ VẬN ĐỘNG

MŨ



GIÀY ĐI ĐÃ  
QUEN CHÂN



Không đi dép  
xăng-đan.

ĐEO BALÔ, BÉ SẼ  
RẢNH TAY LÀM  
VIỆC KHÁC, ĐI LẠI  
THUẬN TIỆN HƠN.



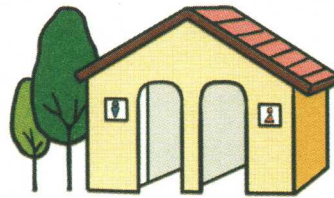
MANG THEO ỐNG NHỒM ĐỂ  
QUAN SÁT PHONG CẢNH.

## QUY ĐỊNH KHI ĐI DÃ NGOẠI

•KHÔNG NGẮT HOA, BỂ CÀNH



•ĐI VỆ SINH  
KHẨN TRƯỞNG



•RÁC THÌ ĐEM VỀ NHÀ VỨT



HÔM NAY  
THẬT LÀ VUI.

KHI NÀO LẠI  
ĐI NỮA NHÉ!



VỀ NHÀ, TẮM BỒN THỦ  
THÁI VÀ ĐI NGỦ SỚM.



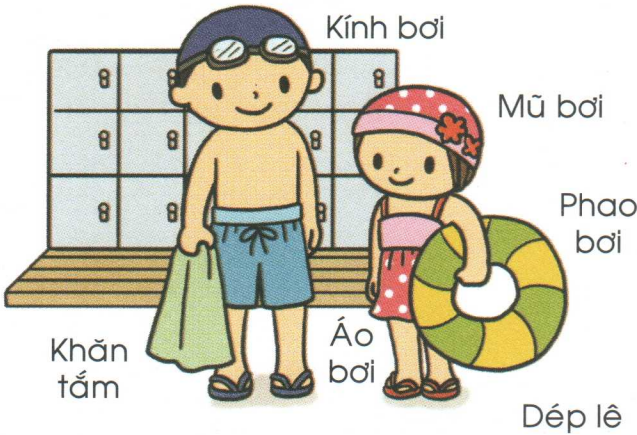
# ĐI BƠI

BỂ BƠI CÓ NHIỀU NGƯỜI ĐẾN. LÀM THẾ NÀO ĐỂ VUI CHƠI TRONG BỂ MÀ KHÔNG GẶP SỰ CỐ NGOÀI Ý MUỐN ĐÂY?



## TRƯỚC KHI VÀO BỂ BƠI

• THAY QUẦN ÁO TRONG PHÒNG CẮT ĐỒ



CẮT GỌN QUẦN ÁO  
VÀ ĐỒ ĐẠC VÀO TỦ.

Rửa sạch người dưới  
vòi sen.



Đi vệ sinh trước.

• TẬP KHỞI ĐỘNG TRƯỚC KHI XUỐNG BỂ



DUỖI CHÂN TAY  
VÀ CẢ NGƯỜI.

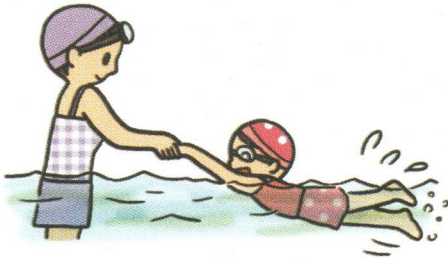
## CHƠI VUI TRONG BỂ BƠI



NHẢY XUỐNG NƯỚC.



BƠI BƯỚM.



ĐẬP CHÂN DƯỚI NƯỚC.



CHUI QUA HANG.



OẢN TÙ TÌ DƯỚI NƯỚC.

## QUY ĐỊNH Ở BỂ BƠI

•KHÔNG CHẠY LUNG TUNG



•KHÔNG NHẢY XUỐNG,  
LÀM BẮN TUNG TÓE NƯỚC



•NHỚ NÊN NGHỈ GIẢI LAO



•CHƠI TRONG TẦM QUAN SÁT CỦA NGƯỜI LỚN





# KẾ HOẠCH DU LỊCH

ĐI DU LỊCH CÙNG GIA ĐÌNH THẬT VUI.  
CẢ NHÀ CÙNG BÀN BẠC, QUYẾT ĐỊNH  
XEM ĐI ĐÂU, LÀM GÌ NHÉ!



## LÊN KẾ HOẠCH ĐI DU LỊCH

### • MUỐN ĐI NƠI NÀO? MUỐN LÀM GÌ?



### • ĐI THẾ NÀO?



<sup>1</sup> Là một hệ thống đường sắt cao tốc ở Nhật.

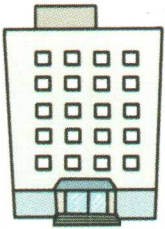
## TÌM HIỂU NƠI ĐẾN

TUYẾT TO  
CŨNG LÀ BÌNH  
THƯỜNG THÔI.



MÌNH CŨNG XEM  
CẢ THỜI TIẾT HỒM  
XUẤT PHÁT NHÉ!

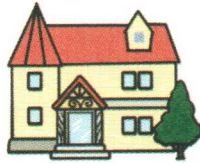
## QUYẾT ĐỊNH CHỖ DỪNG LẠI NGỦ



KHÁCH SẠN



NHÀ NGHỈ  
KIỂU NHẬT



BIỆT THỰ

CHO TÔI ĐẶT  
PHÒNG!



## MUA VÉ



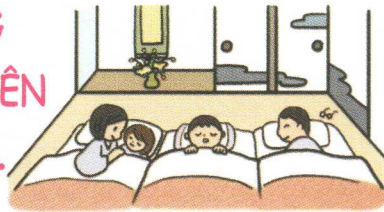
CHO TÔI  
MUA VÉ TỚI  
GA TOKYO.





# Ở KHÁCH SẠN, NHÀ NGHỈ

THẾ LÀ HÔM NAY BÉ ĐÃ TỚI CHỖ NGHỈ TRONG CHUYẾN DU LỊCH. KHÔNG PHẢI LÀ NHÀ MÌNH, NÊN BÉ THẤY HƠI HỒI HỘP, NAO NAO TRONG LÒNG.



## SẢNH

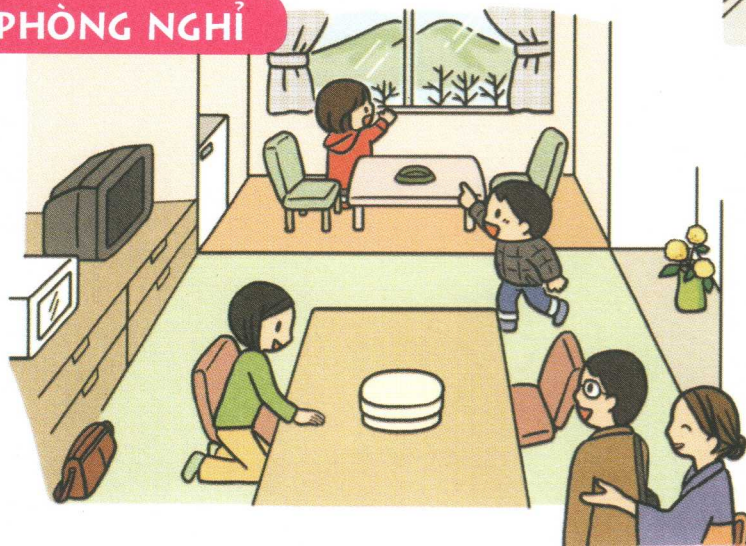


KHÔNG CHẠY NHẢY, HỒ HẾT.

## THANG MÁY



## PHÒNG NGHỈ



KHÔNG SỜ VÀO CÁC ĐỒ VẬT TRANG TRÍ.

## BỮA ĂN

### • ĂN TRONG PHÒNG



### • ĂN TRONG NHÀ HÀNG



## NƠI TẮM TẬP THỂ

CHÚ Ý KHÔNG LÀM BẮN NƯỚC  
LÊN NGƯỜI XUNG QUANH.



KHÔNG NÔ ĐÙA  
TRONG BỂ NGÂM.

KHÔNG CHO KHĂN BÔNG  
VÀO TRONG BỒN TẮM.



Trước khi ra, vắt  
khăn, lau người  
rồi mới ra.

## CỬA HÀNG LƯU NIỆM



CHỌN ĐỒ  
VẬT LÀM KỶ  
NIỆM





# SAU KHI VỀ NHÀ

TÊN TEN! BÉ ĐÃ ĐI DU LỊCH VỀ. BÉ HÃY KỂ NHỮNG KỈ NIỆM VUI CHO NGƯỜI Ở NHÀ VÀ BẠN BÈ NGHE NHÉ!



## CHÀO HỎI



## NHỚ NHỮNG VIỆC LÀM KHI VỀ TỚI NHÀ

### RỬA TAY



### SỨC MIỆNG



### DỌN ĐỒ ĐẶC



## KỈ NIỆM CHUYẾN ĐI

### • TRAO ĐỔI VỚI NGƯỜI CÙNG ĐI

CON TRƯỢT  
TUYẾT KHẢ LÊN  
RỒI ĐÂY!



THÚ VỊ QUÁ  
BỐ NHỈ?

### • KỂ CHUYỆN VỚI NGƯỜI Ở NHÀ

CHÁU ĐÃ BIẾT  
TRƯỢT BĂNG RỒI  
ĐÂY A.



Vẽ lại những khoảnh  
khắc đáng nhớ cũng  
hay đấy.

### • TẶNG QUÀ

QUÀ TỜ VỪA  
ĐI CHƠI TRƯỢT  
TUYẾT VỀ NÈ.



CẢM ƠN  
CẬU.



### ĐI NGHỈ SỚM NHÉ CÁC CON!

A...! VUI QUÁ  
CƠ!





## ĐÔI LỜI NHẮN NHỦ

Trẻ em từ lâu nay hay mắc chứng “không có thói quen tự lập trong sinh hoạt”, hay “thiếu kĩ năng sống”. Nói ngắn gọn là trẻ em không được uốn nắn nghiêm túc, thiếu các kĩ năng sống. Kĩ năng sống thì ngay cả nhiều người lớn đã qua thời thơ ấu mà cũng chưa rèn luyện được.

Có rất nhiều điều khiến ta phải suy ngẫm. Một số sinh viên đại học thấy thầy cô giáo mà không chào, để nguyên áo khoác bước vào phòng. Giáo viên mở cửa định bước vào thì sinh viên chen vào trước. Sinh viên đi học muộn vẫn nghiêm nhiên đi vào cửa trước... Theo thiển ý của tôi, nhiều bạn sinh viên của chúng ta đã không được dạy bảo kĩ năng sống cơ bản.

Tôi nghĩ rằng, việc dạy thói quen sinh hoạt, kiến thức xã hội và những kĩ năng sống cho trẻ mẫu giáo là nhiệm vụ quan trọng của gia đình, mà chủ yếu là bố mẹ và người thân.

Đối tượng mà cuốn sách hướng đến là trẻ em từ 3 tuổi tới những năm đầu tiểu học. Song theo chúng tôi, trẻ em cần sự quan tâm đặc biệt khi ở gia đình hay nhà trẻ, trường mẫu giáo. Dưới sự hỗ trợ của gia đình và trường lớp, bé hoàn toàn có thể thực hiện tốt những gì yêu cầu trong cuốn sách này.

Chúng tôi chia những kĩ năng sống (*Social skills*) không thể thiếu bốn mảng: 1- Kĩ năng trong sinh hoạt thường ngày, 2- Kĩ năng khi ăn uống, 3- Kĩ năng đi ra ngoài, 4- Kĩ năng giao tiếp. Mỗi mảng đề cập tới 20 tình huống, với hình minh họa dễ hiểu, để các bé ghi nhớ mà không bị gượng ép.

Quyển thứ ba “Kĩ năng đi ra ngoài” giới thiệu về những điều cần chú ý, ghi nhớ, khi bé đi ra ngoài. Chúng ta cùng con trẻ rà soát lại những hoạt động không thể thiếu trong sinh hoạt hằng ngày, ví dụ như trước khi đi cần chuẩn bị quần áo, đầu tóc; đồ dùng đem theo; tắt điện, đóng cửa. Chúng ta cũng nên dạy cho trẻ những kĩ năng sống cần thiết như: luật lệ khi tham gia giao thông, cách ứng xử khi đi trên tàu xe, lễ phép và lịch sự với người khác.

Gặp bất cứ trường hợp nào bé cũng cần rèn luyện cách xử trí. Trước khi đi ra ngoài, mẹ con, cô trò cần phải thống nhất với nhau một số điều nhất định. Bé có thể tự mình chuẩn bị đi ra ngoài như những hình minh họa hướng dẫn trong sách này. Việc tự chuẩn bị là cú hích quan trọng để nâng cao tính tự lập của bé. Trong nhiều bối cảnh sinh hoạt xã hội, có khi người lớn cũng cư xử không phải phép, vì vậy, cần kiểm điểm lại và nêu gương cho bé, điều này rất quan trọng.

Nhóm tác giả chúng tôi vô cùng vui mừng nếu cuốn sách này trở thành sách tham khảo hỗ trợ kĩ năng sống cho con bạn.

Thạc sĩ, Giáo sư **Masaaki Yatagai**  
Giáo sư **Yayoi Takahashi**



## ● CỐ VẤN

### **Masaaki Yatagai**

Sinh năm 1943. Thạc sĩ, Giáo sư Chuyên ngành bảo mẫu và giáo dục - Khoa nghiên cứu phúc lợi đời sống, Bộ môn trẻ em - Khoa nhân loại - Đại học Mejiro. Đại diện Hội Nghiên cứu Khoa học Đời sống Trẻ em.

### **Akira Murakoshi**

Sinh năm 1943. Giáo sư Chuyên ngành giáo dục và giáo dục lâm sàng, Bộ môn trẻ em - Khoa nhân loại - Đại học Mejiro. Giám đốc văn phòng Hội Nghiên cứu Khoa học Đời sống Trẻ em.

## ● BIÊN SOẠN

### **Hội Nghiên cứu Khoa học Đời sống Trẻ em Nhật Bản**

Thành lập năm 1975, gồm nhiều giáo viên từ nhà trẻ, mẫu giáo, tới tiểu học, trung học cơ sở, trung học phổ thông, đại học. Bao gồm cả các phòng nghiên cứu tư nhân, các nhân viên giữ trẻ và các bà mẹ.

Mục đích chính của hội là điều tra, phân tích, tìm hiểu kỹ thực trạng trẻ em hiện nay như "cách cầm bút chì", "cách vắt giẻ lau"... để hiểu sâu sắc hơn cách sinh hoạt tự nhiên của trẻ.

Hội công bố các kết quả nghiên cứu, cùng các thông tin hữu ích cho các cơ sở giáo dục và các cơ quan, như Hội Bảo mẫu Nhật Bản, Hội Sức khỏe Trường học Nhật Bản, Hội Tâm lý Giáo dục Nhật Bản, Hội Gia chánh Nhật Bản, Hội Giáo dục Gia đình Nhật Bản, Hội Giáo dục Thanh thiếu niên Nhật Bản, Báo Nghiên cứu Giáo dục Gia đình Shohei và các báo, đài, tivi.

## ● CHẤP BÚT

**Keiko Saitou**, Trưởng Bộ môn bảo mẫu Trường trung học chuyên nghiệp giáo dục xã hội và bảo mẫu YMCA Tokyo

**Kazuko Takatama**, Giáo sư Bộ môn bảo mẫu Trường đại học ngắn hạn nữ sinh Komazawa

**Chizuko Noguchi**, Giáo viên Trường trung học cơ sở Numama - Thành phố Zushi

## ● TRANH

### **Chika Kitamori**

Sinh năm 1965. Xuất thân từ thành phố Yokosuka tỉnh Kanagawa, Nhật Bản. Minh họa cho nhiều cuốn sách như "Thế dục lười", "Phương pháp dễ hiểu để dạy con" (NXB bạn người nội trợ), "Thực tiễn - Thân nhiệt cao là khỏe" (NXB Sunmark), "Sách hiểu và làm bạn với trẻ tự kỷ bằng tranh" (NXB Godo).

## ● SẮP CHỮ: Shoko Omura

**Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam**

Kĩ năng đi ra ngoài / Hội Nghiên cứu khoa học đời sống trẻ em b.s. ; Tranh: Chika Kitamori ; Kusumi Hue dịch. - Tái bản lần thứ 1. - H. : Kim Đồng, 2015. - 52tr. : tranh vẽ ; Trọn bộ 4 cuốn. - 23cm. - (Cẩm nang sinh hoạt bằng tranh cho bé ; T.3)  
ISBN 9786042032674

1. Giáo dục mẫu giáo 2. Kĩ năng sống  
372.21 - dc23

KDH0138p-CIP



**CẨM NANG SINH HOẠT BẰNG TRANH CHO BÉ**  
**KĨ NĂNG ĐI RA NGOÀI**  
( Tái bản lần thứ nhất )

**NHÀ XUẤT BẢN KIM ĐỒNG**

55 Quang Trung, Q. Hai Bà Trưng, Hà Nội

ĐT: (04) 3 943 4730 - 3 942 8632 - Fax: (04) 3 822 9085

Website: [www.nxbkimdong.com.vn](http://www.nxbkimdong.com.vn) - Email: [kimdong@hn.vnn.vn](mailto:kimdong@hn.vnn.vn)

**CHI NHÁNH NXB KIM ĐỒNG TẠI MIỀN TRUNG**

102 Ông Ích Khiêm, TP. Đà Nẵng. ĐT: (0511) 3 812 335 - Fax: (0511) 3 812 334

Email: [cnkimdongmt@nxbkimdong.com.vn](mailto:cnkimdongmt@nxbkimdong.com.vn)

**CHI NHÁNH NXB KIM ĐỒNG TẠI TP. HỒ CHÍ MINH**

276 Nguyễn Đình Chiểu, Q.3, TP. Hồ Chí Minh.

ĐT: (08) 3 930 3447 - Fax: (08) 3 930 5867

Email: [cnkimdong@nxbkimdong.com.vn](mailto:cnkimdong@nxbkimdong.com.vn)

---

Chịu trách nhiệm xuất bản-Giám đốc: **PHẠM QUANG VINH**

Chịu trách nhiệm bản thảo-Phó Giám đốc: **NGUYỄN HUY THẮNG**

Người dịch: **KUSUMI HUE**

Biên tập: **TRẦN NHẬT MỸ**

Trình bày & chế bản: **PHẠM QUỐC CƯỜNG**

Sửa bài: **HOÀI THU**

---

In và gia công 5.000 bản - Khổ 18 cm x 23 cm - Tại Công ty CP In và Thương mại Quốc Duy

Địa chỉ: Trụ cầu N25, đường Tân Xuân, phường Đông Ngạc, Bắc Từ Liêm, Hà Nội

Số xác nhận đăng kí xuất bản: 297-2015/CXBIPH/392-18/KĐ cấp ngày 4/2/2015

Quyết định xuất bản số: 149/QĐKĐ cấp ngày 25/4/2015

In xong và nộp lưu chiểu tháng 5/2015





# CẨM NANG SINH HOẠT BẰNG TRANH CHO BÉ (TRỌN BỘ 4 CUỐN)

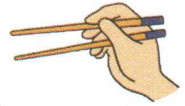
Cố vấn: MASA AKI YATAGAI Biên soạn: HỘI NGHIÊN CỨU KHOA HỌC ĐỜI SỐNG TRẺ EM NHẬT BẢN  
AKIRA MURAKOSHI Tranh: CHIKA KITAMORI

Bộ sách giáo dục bằng tranh, khổ to, gồm 4 cuốn, chia hoạt động cơ bản trong sinh hoạt hằng ngày của bé theo các chủ đề: "Kĩ năng trong sinh hoạt thường ngày", "Kĩ năng khi ăn uống", "Kĩ năng đi ra ngoài", "Kĩ năng giao tiếp". Bộ sách là những cuốn cẩm nang nhỏ, dạy cho bé các kĩ năng cần thiết trong nhiều tình huống thường gặp mà không hề quá sức.

## 1 KĨ NĂNG TRONG SINH HOẠT THƯỜNG NGÀY

Dậy đi nào bé ơi!/Giữ gìn vệ sinh cho sạch/Học đóng và mở cửa nào!/Bụng bé cho khéo!/Thắt buộc thật tài/Cất bằng kéo, dán bằng hồ/Làm cây cọ nhĩ!/Đọc sách vui học/Xem tivi hay ghê!

Xắn tay dọn dẹp/Quét tước nhà cửa/Cọ rửa bồn tắm/Giặt giũ quần áo/Chăm sóc cây cối và thú nuôi/Vứt rác gọn ghê/Chăm sóc cơ thể/Thay quần áo/Tự đi vệ sinh/Đi tắm/Ngủ ngon bé yêu!



## 2 KĨ NĂNG KHI ĂN UỐNG

Ăn cơm nào!/Ngón tay dẻo dai dùng đũa, thìa, đĩa!/Các loại bát/Cách ăn cơm/Lễ phép khi ăn/Ăn bằng đũa/Ăn bằng bát ô tô/Uống nước/Ăn trái cây/Ăn điểm tâm/Ăn tiệm/Ăn ngoài trời/Gặp trường hợp này phải làm gì?/Cảm ơn bữa ăn ngon/Cách dùng tủ lạnh/Nào cùng nhau lăn vào bếp giúp mẹ!/Phụ mẹ nấu nướng/Làm phụ bếp cho mẹ/ Dọn dẹp bát đĩa/Dọn rác trong bếp.

## 3 KĨ NĂNG ĐI RA NGOÀI

Quần áo, đầu tóc trước khi đi ra ngoài/Mặc gì đi?/Đem gì theo?/Kiểm lại vật dụng trước khi ra khỏi nhà/Đi bộ nào!/Đi bằng phương tiện giao thông nào?/Đi công viên/Đi nhà trẻ, mẫu giáo/Đi cửa hàng mua đồ/Đến nhà người khác/Đi bệnh viện/Đi thư viện/Gặp khúc mắc khi ở xa nhà/Trước khi nói "Con đi đây ạ!"/Đi khu vui chơi/Đi dã ngoại/Đi bơi/Kế hoạch du lịch/Ở khách sạn, nhà nghỉ/Sau khi về nhà.



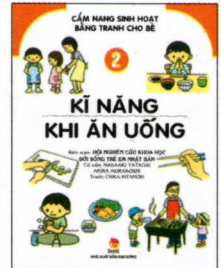
## 4 KĨ NĂNG GIAO TIẾP

Bé hãy chào mọi người nhé!/Nói lời cảm ơn/Xin lỗi/Chịu đựng/Tốt bụng/Khi gặp chuyện khúc mắc/Khi gặp chuyện không may hay chuyện buồn/Khi thấy trong lòng ấm ức/Cãi nhau và làm lành/Giao tiếp với gia đình, họ hàng/Giao tiếp với bạn/Giao tiếp với hàng xóm/Ngày đặc biệt/Giữ lời hứa/Tuân theo quy định/Đi mua đồ một mình/Điện thoại và thư/Nói về bản thân/Nói chuyện với người khác/Không hiểu thì hỏi.



# Cẩm nang sinh hoạt bằng tranh cho bé

(Trọn bộ 4 cuốn)



Biên soạn: **HỘI NGHIÊN CỨU  
KHOA HỌC ĐỜI SỐNG  
TRẺ EM NHẬT BẢN**  
Cố vấn: **MASAAKI YATAGAI  
AKIRA MURAKOSHI**  
Tranh: **CHIKA KITAMORI**

Bộ sách giáo dục bằng tranh, khổ to, gồm 4 cuốn, chia hoạt động cơ bản trong sinh hoạt hằng ngày của bé theo các chủ đề: “Kĩ năng trong sinh hoạt thường ngày”, “Kĩ năng khi ăn uống”, “Kĩ năng đi ra ngoài”, “Kĩ năng giao tiếp”. Bộ sách là những cuốn cẩm nang nhỏ, dạy cho bé các kĩ năng cần thiết trong nhiều tình huống thường gặp mà không hề quá sức.



ISBN: 978-604-2-03267-4



8 935036 696359



6152308770003

GIÁ: 32.000đ



3

# KĨ NĂNG ĐI RA NGOÀI



E de wakarū kodomo no seikatsu zukan/Odekake no kihon

by MASA AKI YATAGAI, AKIRA MURAKOSHI

© 2012 MASA AKI YATAGAI, AKIRA MURAKOSHI

All rights reserved

Original Japanese edition published in 2012

by Godo-Shuppan Co., Ltd., Tokyo

Vietnamese translation rights in Vietnam arranged with Godo-Shuppan Co., Ltd.  
through Nihon Denpa News Ltd.

Bản quyền tiếng Việt thuộc về NXB Kim Đồng 2014