



# Saint Paul **BLAST OFF** TO KINDERGARTEN

## Lub 1 Hli Ntuj

### Npaj Rau Tsev Kawm Ntawv

#### Tswv yim yuav Xyaum rau lub Hlis no

• Qhia koj tus menyuam txog kev siv txoj kev zoo los mus daws teebmeem. Tham nrog koj tus menyuam txog kev koomtes nrog rau lwm tus thiab kev yuav tswj yus tus kheej thaum yus npau taws, ntshov siab, los yog lwm yam kev chim dua li yuav siv kev sib ntau, tom, los yog lwm yam cwjpm phem.

• Qhia koj tus menyuam xyaum siv los lus "Thov" thiab "Ua Tsaug" uas yog koj yuav tau xyaum siv qhia ua tus qauv rau lawv. Qhuas koj tus menyuam yog thaum nws siv cov lus li no.

#### Kev ua si nrog menyuam

• Siv "menyuam roj hmab" coj los mus si nrog koj tus menyuam txog kev xyaum sib tham uas siv coj los mus ua lub ntsej muag raw li lub siab xav. Kom koj tus menyuam kos tej duab ua ntsej muag rau ntawm lub phaj yas uas qhia txog thaum yus tus kheej zoo siab, tus siab, npau taws, thiab ceebsiab. Piav dab neeg thiab qhia kom koj tus menyuam muab tus menyuam roj hmab ntawv ua qhia rau koj tias ntawm cov neeg hauv zaj dab neeg ntawv lawv xav licas. Cia koj tus menyuam ho piav zaj dab neeg thiab koj ho muab tus menyuam roj hmab coj los ua ntsej muag raw lawv.

• Nug koj tus menyuam, "Dab tsis ua rau koj thiab zoo siab?" "Dab tsis ua rau koj thiab npau taws?" Sau nws cov lus teb rau ib daim ntawv dawb thiab hu zaj nkauj "Feeling Song" rau "Koj puas tau tsaug zog?" Hu zaj nkauj ob peb zaug thiab hais lwm los lus txog lwm lo lus: meem txom (ntsia kuv qhia), tas lauv (saib kuv ua si), tus siab (saib kuv quai).

*Kuv zoo siab, kuv xav kuv zoo siab.  
Saib kuv luag, saib kuv luag.  
Zoo Siab, Zoo Siab, Zoo Siab.  
\_\_\_\_\_ ua rau kuv zoo siab.  
See Saib kuv luag, saib kuv luag.*

*Zoo li kuv npau taws, Zoo li kuv npau taws.  
Saib kuv chim siab, Saib kuv chim siab.  
Npau taws, Npau taws, Npau taws.  
\_\_\_\_\_ ua rau kuv npau taws.  
Saib kuv chim siab, Saib kuv chim siab.*

#### Cov Menyuam Phau Ntawv Muaj nyob rau ntawm [www.blastofftok.org](http://www.blastofftok.org)

- *Feelings* sau los ntawm Alik
- *My Many Colored Days* sau los ntawm Dr. Seuss
- *Today I Feel Silly and Other Moods that Make My Day* sau los ntawm Jamie Lee Curtis
- *Things that Make You Feel Good/Things that Make You Feel Bad* sau los ntawm Todd Parr

#### Cov Niam/Txiv Phau Ntawv Muaj nyob rau ntawm [www.blastofftok.org](http://www.blastofftok.org)

- *Bringing Up a Moral Child: A New Approach for Teaching Your Child to Be Kind, Just, and Responsible* by Michael Schulman

### Npaj Rau Kev Nyeem Ntawv

#### Tswv yim yuav Xyaum rau lub Hlis no

• Nrhiav xaum qhuav, mav kawm, thiab ntawv thiab cob koj tus menyuam kom xyaum kos duab thiab kos ntawv los yog sau ntawv. Ua piv txwv xyaum sau ntawv thiab nyeem ntawv qhov no yog thawj kauj ruam tseem ceeb rau koj tus menyuam kom xyaum ua tau ib tug neeg nyeem thiab sau tau ntawv zoo.

• Pab koj tus menyuam kom xyaum tau tej yam yooj yim xws lis muab xaum kob, xaum qhuav, thiab txiab rau nws. Khaws tej ntawv thiab xaum kom thaum twg lawv xav siv los muaj nyob rau hauv tsev.

#### Nyob Nyab Xeeb

#### Tswv yim yuav Xyaum rau lub Hlis no

• Koj tus menyuam lub tsev kawm ntawv yuav kawm muaj caij nyooq, nrog rau lwm yam kev koomtxoos yuav mus koom uas yuav muaj tshwm sim rau tib lub sijhawm rau ib hnuv twg. Tsim kom koj muaj ib qho sijhawm rau ntawm txhua-txhua hnuv uas yog muaj xws li mus tag kev, noj tshais, noj sus thiab noj hmo; sijhawm rau kev lom zem, sijhawm rau kev xyaum hu nkauj thiab ua hoos vawj; thiab sijhawm rau nws so; thiab sijhawm rau lawv mus pw. Tsim kom muaj ib lub sijhawm kom koj cov menyuam tau sijhawm li ntawm 11-13 teev twg los mus pw toj ib hmos twg. Tsim kom muaj lub caij txog kev yuav mus pw kom txog lub sijhawm ntawv koj tus menyuam paub tias yuav npaj mus pw. Tham txog koj tus kheej ntawm ib hnuv twg rau koj tus menyuam. Tsim kom muaj kev nyob ntsiag to xws li nyeem ntawv los yog piav dab neeg thaum yuav mus pw.

**Mus Saib [www.blastofftok.org](http://www.blastofftok.org) kom paub ntau dua qub.**