

# TRẺ CÓ NHIỀU ĐỒ CHƠI SẼ KHỎE MẠNH HƠN

Thời gian chơi các trò chơi có liên quan đến hoạt động thể lực tăng lên cùng với số lượng đồ chơi mà trẻ có để lựa chọn, theo kết quả của nghiên cứu mới cho thấy: Trẻ em sở hữu càng nhiều đồ chơi thì sẽ có mức độ hoạt động thể lực nhiều hơn, theo các nhà

Nghiên cứu mới cũng nhận thấy là có nhiều đồ chơi hơn để trẻ chủ động lựa chọn cũng giúp trẻ gia tăng cường độ hoạt động thể chất của bản thân, đặc biệt là các bé gái.

Nghiên cứu được thực hiện bởi Denise Fedra, nghiên cứu sinh tại Đại học UC, Buffalo, New York, Hoa Kỳ, đề xuất 3 nhóm của các món đồ chơi có số lượng khác nhau đem đến cho 36 trẻ em, giới hạn trong độ tuổi từ 8 đến 12 tuổi. Sau khi cho trẻ từ 1 tới 3 hoặc 5 món đồ chơi để chơi, các nhà nghiên cứu tiến hành giám sát trong suốt 1 giờ đồng hồ mỗi ngày: hành vi của em bé, đo nhịp tim và ghi nhận các hoạt động thể lực.

Cho trẻ em nhiều món đồ chơi sẽ tạo động lực để trẻ tham gia vào các trò chơi vận động có lợi cho sức khỏe. (Ảnh: Csmonitor)

Các nhà nghiên cứu thấy rằng tổng thời gian chơi đùa đã tăng 95% trong số những trẻ em có 3 hoặc 5 món đồ chơi. Giới tính cũng có liên quan, ít nhiều, chi phối các hoạt động thể lực này. Dữ liệu nhịp tim thu thập bởi các nhà nghiên cứu cho thấy là: các bé gái có nhiều món đồ chơi sẽ tham gia các hoạt động thể lực với cường độ cao hơn so với các bé trai cũng sở hữu cùng số lượng các món đồ chơi tương tự.

Bản báo cáo kết quả nghiên cứu không nói rõ những loại đồ chơi đã được sử dụng.

Trẻ em và thanh thiếu niên nên tham gia vào các hoạt động thể chất ít nhất 1 giờ mỗi ngày, theo các nhà nghiên cứu ở trường Cao đẳng Y học Thể thao Hoa Kỳ (ACSM) và Ủy ban Tư vấn Hướng dẫn Hoạt động thể chất Hoa Kỳ. Các tác giả nghiên cứu chỉ ra rằng những phát hiện của họ có thể giúp trẻ em đạt được mục tiêu: Khỏe mạnh hơn.

"Kết quả của nghiên cứu này thật sự mang lại lợi ích rất lớn, bởi tình trạng bệnh béo phì ở trẻ em đang trở thành một nguy cơ ở Hoa Kỳ," Fedra nói trong một thông cáo báo chí ở ACSM. "Các bậc phụ huynh nên mua cho trẻ nhiều đồ chơi, bởi đây là cách thức hiệu quả để tăng thời gian tham gia hoạt động thể chất của con em mình. Thêm 1 hoặc 2 món đồ chơi, sẽ rất hữu ích cho sức khỏe của trẻ em, đặc biệt là cho các bé gái. Các bé gái có thể tham gia vào các hoạt động thể chất bình đẳng như bé trai, chỉ đơn giản là bạn hãy cho con bạn nhiều đồ chơi hơn để lựa chọn", Fedra kết luận.

Kết quả nghiên cứu sẽ được trình bày trong tuần này tại cuộc họp thường niên của trường Cao đẳng Y học thể thao Hoa Kỳ, được tổ chức kết hợp với Đại hội Thế giới về Tập thể dục là liệu thuốc hữu ích cho sức khỏe, ở Denver, Hoa Kỳ. Các chuyên gia lưu ý là các báo cáo được giới thiệu trong cuộc họp này chỉ mang tính chất tham khảo.

Một số trò chơi giáo dục đã được chứng nhận an toàn dành cho trẻ em hiện đang được Công ty cổ phần mạng trực tuyến META bán trên toàn lãnh thổ Việt Nam:

Bảng học chữ, số đa năng - giúp bé yêu học tập sớm

Bảng học chữ, số đa năng là bộ sản phẩm rất thú vị và giúp bé học tập sớm với sáu tính năng học từ bảng chữ, số là: Học chữ cái tiếng Việt, Học từ qua hình ảnh, Học ghép vần-ghép chữ, Học số và phép tính, Học đếm bằng hình và con tính, Học tính bằng bảng tính.

Sản phẩm được làm bằng vật liệu nhựa ABS nguyên sinh, nên rất an toàn cho trẻ. Các chi tiết

được thiết kế không có ba vìa, các cạnh sắc đều được vê tròn. Giá bán: 165.000 VNĐ

Đất nặn PLAY-DOH: Chiếc máy làm kem kỳ diệu

- Bộ sản phẩm gồm 4 hộp đất nặn lớn màu sắc khác nhau cùng chiếc máy làm kem kỳ diệu và bộ ly + muỗng ăn kem xinh xắn. Giá bán: 550.000 VNĐ

Ưu điểm:

- Làm từ bột lúa mì với hương thơm rất tự nhiên và an toàn cho bé
- Đất rất mềm, dễ tạo hình và đặc biệt không dính tay khi chơi
- Sau một thời gian sử dụng, nếu muốn bột mềm hơn chỉ cần cho thêm chút nước
- Bé chơi lâu không chán

Tác dụng :

- Tăng cường khả năng sáng tạo, sự khéo léo và tự tin cho bé khi tạo ra những sản phẩm mang tính cá nhân
- Mang lại cho bé thời gian thư giãn, giải trí bổ ích và không thiếu phần say mê, đặc biệt khi nhiều bé cùng chơi và có khuôn định dạng sản phẩm hấp dẫn theo chủ đề.
- Sản phẩm của hãng Hasbro Mỹ - dành cho bé trên 3 tuổi.

Chú ý:

- Sản phẩm có chứa bột lúa mì. Không chứa các chất độc hại gây ảnh hưởng đến sức khỏe.

Đường luôn 4 hình

Đây là một trò chơi lý thú giúp trẻ luyện tính khéo léo, kiên nhẫn, phát triển khả năng phối hợp giữa tay và mắt khi di chuyển các khối gỗ có hình dáng khác nhau vượt qua các chướng ngại vật. Ngoài ra, trò chơi này còn giúp trẻ: Phân biệt được các màu sắc khác nhau. Phân biệt được các hình cơ bản như: tròn, vuông, tam giác, chữ nhật. Nhận biết và sắp xếp các vòng tròn có kích thước khác nhau theo thứ tự từ lớn đến nhỏ khi xếp chú hề đứng ở giữa.

Nguyên liệu : Gỗ cao su. Giá bán : 325.000 VNĐ

Ngoài ra còn rất nhiều sản phẩm khác hiện đang được bày bán tại <http://www.meta.vn/dochoi/>