

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودک تان

(۱۲ تا ۱۶ ماهه)

ارتباطات

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان ۱۲ تا ۱۶ ماهگی

صداهاى دد، بب، مم به آرامی به کلمات مفهوم تر تبدیل می شوند او می تواند بابا و مامای با معنی پدر و مادرش را بگوید و بتدریج نشان می دهد که معنی اسم اشیا را می فهمد. اگر از چیزی ناخشنود باشد " نه " می گوید. چون سرش با تمایل به راه رفتن گرم شده است ممکن است در حرف زدن قدری کند شود. وقتی چیزی می خواهد، به کمک دست و حرکات صورت و بکار گیری یک کلمه شما را متوجه تقاضایش می کند.

جفجفه را قایم ۳ شی را که مثل جفجفه از خود صدا تولید می کنند را به

کن کودک نشان دهید. اجازه دهید برای مدت کوتاهی با آنها بازی

کند سپس هر سه را زیر یک میز یا جعبه یا پارچه مخفی کنید

و صدای یکی از آنها را در بیاورید از او بخواهید حدس بزند

کدامیک از اشیا صدا تولید کرده اند.

در خلوت زمانی را با کودک در جایی که صدای رادیو یا تلویزیون

نمی آید و کسی مزاحم نیست برای حرف زدن با او اختصاص دهید و درباره کاری که انجام می دهید یا او انجام می دهد به او توضیح دهید. توجه او را به حرکت لب ها و دهان خود جلب کنید. وقتی او حرف می زند او را تشویق کنید که حرکات شما را تکرار کند.

دست زدن با

برای کودک آهنگ های شاد کودکانه محلی یا ملی بخوانید و او را تشویق به کف زدن و حرکت موزون اندام ها کنید. اینکار را با استفاده از گوش دادن به موزیک هم می توانید انجام دهید.

ریتم

گوش دادن به

وقتی پدر یا یکی از نزدیکانی که کودک آنها را می شناسد تلفن می زند از آنها بخواهید برای مدت کوتاهی با کودک صحبت کنند. او احتمالاً هنوز نمی خواهد یا نمی تواند با تلفن صحبت کند ولی از اینکه صدای آشنایی از آن سوی خط می آید لذت می برد.

تلفن

جمله سازی

وقتی کارهای خانه را انجام می دهید یا غذا می خورید، درباره آن به کودک توضیح دهید. تشویقش کنید که جملات دو کلمه ای مثل « آب بده، به به می خوام » را ادا کند. این مرحله از سخن گفتن او را برای بیان جملات بزرگتر کمک می کند.

کتابخوان کوچک

هر روز برایش با اختصاص وقت معینی کتاب بخوانید. او را در بغل بگیرید و برایش نام عکس هایی که در کتاب می بینید را ببرید. برخی اوقات از او بپرسید "پیشی کو؟ جوجو کدام است؟" ممکن است ابتدای کار خیلی نتواند آنها را در کتاب نشان بدهد ولی از این موضوع نگران نشوید و آنرا تکرار کنید.

یاری رسان

بزرگ

کودک شما می تواند کمک کننده خوبی باشد. به او دستورات ساده ای مثل: "می تونی پوشکت را برام بیاری؟ بدهید. شلوارت رو به من بده. " ممکن است نیاز به اشاره به محل آن شی باشد. بعد از اینکه این کار را کرد از او تشکر کنید و یادآوری کنید که چه کمک بزرگی کرده است.

حرکت درشت

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان ۱۲ تا ۱۶ ماهگی

هم اینک کودک پر کار شما می تواند به سرعت در اطراف خانه جابجا شود. شاید بتواند خودش بایستد و با گرفتن مبلمان خانه راه برود یا خودش به خوبی راه برود. او سعی می کند از پله ها بالا برود و چشمان مراقب شما خیلی مهم است. کودک شما عاشق هل دادن و کشیدن اشیاء است و روز به روز نیرومند تر می شود.

بیا بریم قدم

کودک شما عاشق قدم زدن و دیدن چیزهای تازه است.

بزنیم

درباره چیزی که می بینید با او صحبت کنید. در یک مکان باز،

به او اجازه بدهید اسباب بازی چرخ دار خود را بکشد. وقتی

که او خودش به تنهایی شیء بزرگی را حرکت می دهد، از

احساس قدرت لذت می برد. دقت کنید که اسباب بازی چرخدار

را بصورت ایمن نگه داشته باشد.

در قایق پارو بزن

بگذارید کودکتان روی اسب چوبی گهواره ای یا روی یک صندلی تاب بخورد. او را روی زانوهایتان بگذارید و بدنتان را جلو عقب کنید. روی کف اتاق در مقابل او بنشینید، دست او را بگیرید و به آرامی او را جلو عقب بکشید. وقتی او را جلو و عقب می کنید شعری بخوانید مثل، "پارو بزن پارو بزن با قایقت."

عبور از تونل

یک ملحفه یا روتختی بردارید و روی میز یا پشت دو تا صندلی پهن کنید طوری که یک تونل درست شود. کودک را تشویق کنید تا سینه خیز از وسط آن بگذرد. «از وسط بیا» «رفتی اونجا» «تو این کار رو کردی!» خواهر و برادرها هم این بازی را جالب انجام می دهند.

توپ را بغلتان

کودک شما از بازی با توپ لذت می برد شما می توانید مقابل او بنشینید و توپ را به طرف او بغلتانید او را تشویق کنید تا توپ را دوباره به سمت شما بغلتاند. وقتی که این کار را کرد برای او دست بزنید. اگر توپ بزرگ و نرم باشد (مثل توپهای پارچه ای یا بادی بزرگ)، ممکن است بتواند آن را بگیرد.

قدم زدن انگشتی

وقتی کودک انگشتتان را گرفته است همراه با او قدم بزنید. کودک تصمیم بگیرد که بروید یا بایستید. درباره آنچه که

می بینید و جایی که می روید صحبت کنید « بیا بریم طرف
اون گلها » « بیا بریم پایین اون تپه »؛ یا « تو خیلی خوب راه
می روی! ».

هیجان رقص

آهنگ رقص شاد بگذارید و به کودک نشان دهید که چگونه
برقصد! حرکت کنید، بچرخید و دست بزنید و پاهایتان را
بکوبید. تعداد زیادی آهنگ مختلف را امتحان کنید. تعدادی
شال گردن و روبان را تکان دهید، مهمانی رقص داشته باشید.

حرکت ریز

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان ۱۲ تا ۱۶ ماهگی

حالا کودک با مهارت بیشتری از انگشتانش استفاده می کند. او با انگشت اشاره نشان می دهد و می تواند تکه های کوچک نان صبحانه را با کمک انگشت شست و انگشت دیگر بردارد. او می تواند مداد رنگی یا ماژیکی را نگه دارد و با آن خط بکشد و می تواند اشیاء کوچکی مثل میخ را بردارد و درون جعبه میخ بگذارد.

شکوفایی هنری

بگذارید کودک شما با استفاده از یک مداد رنگی و کاغذ بزرگ برای شما نقاشی بکشد. فضای زیادی در اتاق برای کودک فراهم کنید. ممکن است کودک فقط چند تا خط بکشد، ولی خیلی او را تشویق کنید: «به این تصویری که کشیدی نگاه کن!» مطمئن شوید وقتی کارتان تمام شد مداد رنگی ها را جمع کنید. کودک شما هنوز نمی داند که شما فقط می خواهید با آنها روی کاغذ بکشید.

پرتاب توپ

فرزندتان را تشویق کنید تا پرتاب توپ نرم و کوچکی را تمرین کند. او را ایستاده در جایی بگذارید و توپ را پرتاب

کنید. دوباره امتحان کنید- ببینید تا کجا می رود. در ابتدا او ممکن است احتیاج داشته باشد که شما چگونگی پرتاب توپ را به او نشان دهید. « وای، نگاه کن تا کجا رفت! »

ساخت با کارتن

جعبه های شیر را برای استفاده به عنوان آجر بشوئید و جمع آوری کنید. به کودک نشان دهید که چطور آنها را روی هم بگذارد، بعد آنها را خراب کنید. آنها را روی هم بچینید تا دیواری بسازد و دوباره آن را خراب کنید.

نوار چسب

با نوار چسب، گلوله ای چسبناک درست کنید. به نحوی که بیرون آن چسبناک باشد. آن را به کودک بدهید تا با آن بازی کند. این کار برای کودک بسیار سرگرم کننده است و تمرین خوبی برای انگشتانش هست.

چلاندن

یک اسفنج، لیف، یا توپ اسفنجی به کودک بدهید تا در حمام با آن بازی کند. به کودک نشان دهید که چطور آب را بگیرد و به بیرون بچلاند. باید اجازه دهید کودک با اسباب بازی پلاستیکی آب پاش بازی کند. واقعاً به او خوش می گذرد.

پر کردن و خالی

یک ظرف یا جعبه پلاستیکی و تعدادی وسیله مثل گیره لباس، یک قاشق، یک ماشین اسباب بازی و یک قرقره به کودک بدهید. مطمئن باشید که این وسیله ها به اندازه کافی بزرگ

کردن

هستند که خطر خفگی نداشته باشند. به کودک نشان دهید که
چطور همه را داخل جعبه بگذارد، بعد آنها را دوباره بیرون
بریزد. فردا جعبه و اشیاء آن را تغییر دهید.

زمان کتابخانه

حدوداً هر دو هفته برنامه رفتن به کتابخانه را ترتیب دهید.
کتاب جدید را با کمک کودک خود انتخاب کنید و بردارید. هر
روز آنها را جلوی رویتان بگیرید و با هم داستان را بخوانید،
در مورد عکس ها با هم صحبت کنید و به وی اجازه دهید
کتاب را ورق بزند و به عکس ها اشاره کند. چه اوقات زیبایی
را با هم می گذرانید!

حل مسئله

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان ۱۲ تا ۱۶ ماهگی

کودک شما مشغول جستجو است او از نگه داشتن، چیدن، و بازی کردن با اسباب بازی ها لذت می برد. او بخش های بدن خود را یاد می گیرد و می تواند در صورت سوال کردن حداقل به یکی از آنها اشاره کند. او از کتاب ها و دست زدن به عکس های مورد علاقه اش لذت می برد. اجازه دهید در ورق زدن کتاب کمک کند. از اینکه بفهمد اشیا چگونه کار می کنند لذت می برد.

قلک

با یک قوطی بزرگ کنسرو یا ظرف پلاستیکی، قلک درست

کنید. شکاف درازی حدود یک سانتی متر روی جعبه ایجاد

کنید. از در شیشه های نوشابه به عنوان « پول » استفاده کنید

یا تکه های گرد از جعبه ببرید. چگونگی گذاشتن سکه ها را

درون قلک به کودک نشان دهید.

نقاشی با آب

یک قلموی تمیز و سطل کوچکی از آب صاف به کودک بدهید.

در یک روز آفتابی، بیرون بروید و اجازه دهید کودک روی

دیوارها، پیاده رو یا حصار اطراف خانه با آب نقاشی کند.

کودک شما از این نقاشی لذت خواهد برد. سپس منتظر باشید تا خشک شود و دوباره نقاشی بکشید. این کار را درون خانه با یک قلمو و یک تکه کاغذ امتحان کنید « نگاه کن نقاشی داره محو می شه! »

حل مسئله

به کودک اجازه دهید تا بررسی کند اشیاء چطور کار می کنند و چه کاری انجام می دهند. به کودک نشان دهید که چطور کلید لامپ را روشن و خاموش می کند. نشان دهید که چطور چراغ قوه کار می کند. با او در مورد اینکه چه کار می کنید و چرا این کار را می کنید صحبت کنید: « من کتم را می پوشم چون سردم است ».

جستجو گر

در زمان آرامی، از کودک بخواهید که پتو را پیدا کند یا کتاب را از اتاق دیگری بیاورد. از او چیزهایی بخواهید که در این موقع نمی تواند ببیند. ممکن است به اندکی کمک نیاز داشته باشد. وقتی کودک موفق شد، حتماً بگوئید « متشکرم ».

کوچولو

بچه ها در این سن تازه به این موضوع دقت می کنند که چه وقت دو شیء به هم شبیه اند، به خصوص کفش، جوراب، یا چیزهای دیگری که می شناسد. این بازی را انجام دهید: یک لنگه کفش یا جوراب کودک را بردارید. از کودک سؤال کنید،

بازی جور کردن

لنگه دیگر که درست مثل این هست کجاست؟ به کودک کمک

کنید تا جور کند. « بله، این دو تا مثل همدند ».

یک بازی با کودکان انجام دهید. چیزی انجام دهید و سعی

مثل من تو هم

کنید کودک هم از شما تقلید کند دست بزنید، اگر او سعی

انجام بده

می کند بگوئید: « نگاه کن: تو هم می توانی دست بزنی! » بینی

خود را لمس کنید، زبانتان را بیرون بیاورید و بگوئید: « تو هم

سعی کن! » وقتی او کاری تازه انجام می دهد، از او تقلید کنید.

شاد باشید. شما می توانید این کار را با آینه هم امتحان کنید

شخصی اجتماعی

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان ۱۲ تا ۱۶ ماهگی

کودک اجتماعی شما دوست دارد توپ را غل دهد و دالی موشه یا بازی های تعاملی را با شما انجام دهد. او احتیاج دارد بداند که شما نزدیک هستید. در واقع دوست دارد در مرکز توجه قرار بگیرد! نسبت به شما عاطفه عمیقی نشان می دهد اما وقتی کارها مطابق میل او پیش نمی روند ممکن است کج خلقی کند. او نسبت به مهارت هایش احساس غرور می کند، و می خواهد یاد بگیرد که چگونه به تنهایی کارهایش را انجام دهد.

لباس پوشیدن

ممکن است کودک شما دوست داشته باشد که کلاه ها و

کفشهای مختلف را بپوشد و خودش را در آینه نگاه کند. یک

جعبه تعویض لباس مثل شال گردن و ماسک های خنده دار

درست کنید. گهگاه چیزهای جدید به آنها اضافه کنید.

می توانید چیزهای جالبی از فروشگاه لباس یا لباس های بدون

استفاده بزرگترها پیدا کنید.

در کارها خانه

کودک شما می تواند در کارهای کوچکی مثل پاک کردن سفره

کمک کن

با اسفنج، به هم زدن غذا یا جارو کردن اندکی گرد و خاک با یک جاروی کوچک، به شما کمک کند. او از انجام دادن کار مشخص شده برای شما لذت می برد. حتماً به خاطر کمک او را تشویق کنید.

مسواک زدن

مسواک کودک را به او بدهید. اجازه دهید به چگونگی مسواک زدن شما یا خواهر برادرش نگاه کند. اندکی خمیر دندان (بدون فلوراید) روی مسواک بگذارید تا کودک آن را مزمزه کند. انتظار نداشته باشید زیاد مسواک بزند، احتمال دارد هنگام یادگیری این کار جدید مسواک را بجود، و شما ممکن است این کار را برایش تمام کنید. در پایان مسواک وی را در محلی ایمن و تمیز برای استفاده در نوبت بعد قرار دهید.

رفتن به بازار

کودک را همراه خودتان برای « کمک » به سوپر مارکت ببرید. درباره همه رنگ ها و بوها با آن صحبت کنید. اجازه دهید کودک چیزی مثل یک قوطی یا آبمیوه را نگه دارد. هنگام حساب کردن بگذارید کودک به صندوق پرداخت کند. چه دستیار خوبی!

برای خرید

کردن

قایم باشک

در خانه با قایم شدن پشت در، بازی قایم باشک انجام دهید، کودک را صدا کنید بعد از گوشه ای به او نگاه کنید تا شما را

پیدا کند. یک خواهر یا برادر می تواند این بازی را جالب انجام دهد. این کمک می کند تا بچه بفهمد وقتی شما دیده نمی شوید، باز هم بر می گردید.

حمام کردن

کودک

هنگام استحمام کودک، اجازه دهید او یک عروسک پلاستیکی را بشوید. به کودک نشان دهید که چگونه با عروسک به ملایمت رفتار کند. بعداً، اجازه دهید کودک آن را خشک کند و در آغوش بگیرد. این کار دوست داشتن را به او یاد می دهد.

زمان نظافت

از کودک بخواهید که کمک کند اسباب بازی ها را جمع کنید. شما به یک جعبه یا قفسه احتیاج دارید تا اسباب بازی ها را در آن قرار دهید. اسباب بازی ها و چگونگی گذاشتن آنها را در مکان مورد نظر به کودک نشان دهید. « چه دستیار خوبی ».