

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودک تان

(۴ تا ۸ ماهه)

ارتباطات

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴ تا ۸ ماهه)

کودک شما یاد گرفته است تا از صدایش استفاده کند. او جیغ می کشد و غان و غون کردن به شما و دیگران را آغاز می کند. او نامش را می داند و برای این که شادی اش را به شما نشان دهد، ممکن است از صدایش استفاده کند. او می تواند برای این که توجه شما را جلب کند جیغ بزند و صداهایی شبیه ماما و بابا در بیاورد. او همچنین دارد یاد می گیرد به خدنگهدار جواب دهد.

ماساژ کودک

بعد از حمام، در همان حال به آرامی با شامپو یا روغن او را ماساژ دهید مدتی را صرف گفت و گو با کودک کنید. درباره روزی که گذرانده اید با او صحبت کنید---در مورد او هم بپرسید.

اون چیه؟

وقتی کودکان به صدایی توجه می کند، به او کمک کنید تا منبع صدا را تشخیص دهد. از کودک تان بپرسید، « اون صدای چیه؟ » « ماشین بابا؟ » « صدای سگ رو شنیدی؟ »

لمس صدا (حدود

همان طور که کودک شما شروع به امتحان کردن صدایش می

۵ ماهه)

کند، احتمالاً شما صداهایی مثل /ب/، /م/، و /د/ و «آه»، «ای»، و «او» خواهید شنید. صداهایی را که کودک تولید می کند، تقلید کنید. وقتی شما این صدا را تولید می کنید، بگذارید کودک انگشتانش را روی لب هایتان بگذارد تا لرزش آن را احساس کند.

اطمینان دهی

وقتی برای رسیدگی به سایر کارهای تان از کودک تان دور می شوید، با واژه هایتان تماس تان را با کودک حفظ کنید. در حالی که کودک با چشمانش شما را دنبال می کند، آن چه که انجام می دهید به او بگویید. « من اینجا. دارم لباس ها رو جمع می کنم. همین حالا بر می گردم.» بعد، از میدان دید کودک خارج شوید، اما همچنان به صحبت کردن ادامه دهید تا این که برگردید. « دلت برام تنگ شد؟ »

(اعتماد سازی) با

واژه ها (کلمات)

زمان مطالعه

کودکتان از این که به روزنامه و کتاب نگاه کند لذت می برد. عکس هایی مثل تلفن، سگ، ماشین یا قاشق انتخاب کنید. بنشینید و کودک را روی زانویتان بگذارید. داستان کوتاهی بگویید. « تلفن را ببین؟ این مال توئه. »

شعر بخوانید

وقتی که کودک تان را حمام می کنید، پوشک یا لباس هایش را عوض می کنید، شعری مانند این بخوانید « ما این طوری

پاهامان را می شوئیم، پاهامان را می شوئیم، ما این طوری

پاهامان را می شوئیم، صبح خیلی زود.»

از میدان دید کودک دور شوید و اسمش را صدا کنید. چند

قایم باشک

ثانیه صبر کنید، و سپس دوباره ظاهر شوید. « من انجام! »

حالا جای دیگری پیدا کنید و دوباره قایم شوید.

حرکت درشت

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴ تا ۸ ماهه)

کودک شما هر دقیقه نیرومند تر می شود. حالا او سرش را بالا می گیرد و به اطراف و هر آنچه که اتفاق می افتد نگاه می کند. او دارد یاد می گیرد که خودش بنشیند، اگر چه در ابتدا مجبور است به دستانش تکیه کند. او دوست دارد روی پاهایش بایستد و به زودی خود را برای ایستادن بالا خواهد کشید.

زمان نشستن در

ملافه ای را کف اتاق یا بیرون، زیر یک درخت پهن کنید.

کف اتاق

کودکتان را همراه با تعدادی از اسباب بازی های مورد علاقه اش روی پتو و به سمت شکمش بخوابانید و او را تشویق کنید تا خود را به سمت عروسک ها بکشد، بجهد، بغلتد، یا وول بخورد. به کودک اندکی فرصت دهید تا به پشتش برگردد.

خوب نشستن

به کودکتان کمک کنید تا به تنهایی بنشیند. پشت سر او بنشینید و به آرامی از او حمایت کنید. او می تواند یک اسباب بازی یا یک کتاب را نگه دارد. در گوشش زمزمه کنید: « تو بچه شگفت انگیزی هستی! » همان طور که یاد می گیرد خودش بنشیند، می توانید کمتر به او کمک کنید.

کودک فنری دست کودک‌تان را بگیرید و کمک کنید تا سر پا بایستد، در حالی که کف اتاق، روی مبل یا روی زانویتان ایستاده، بازی بالا پایین جهیدن را با او انجام دهید. کمی شعر در این باره برایش بخوانید: «بپر، بپر، بپر، بایست، با مزه نیست؟»

بازی بلند شو حدود ۷ ماهه، کودک شما در حالی که میز و صندلی‌ها را می‌گیرد، از ایستادن و رسیدن به اشیاء مختلف لذت می‌برد. وسایل شکستنی را از روی میزهای کم ارتفاع یا قفسه‌ها بردارید، و تعدادی از اسباب بازی‌های مورد علاقه‌اش را ردیف کنید تا یکی یکی به آنها برسد.

جستجو گر حالا کودک شما می‌تواند سینه خیز برود، او می‌خواهد همه خانه را جستجو کند! مطمئن شوید جاهایی که می‌تواند جستجو کند ایمن و تمیز است. «زیر میز چیه؟ پشت صندلی چیه؟» چه بازی خوبی!

میدان موانع روزی کودک شما سینه خیز رفتن را شروع می‌کند، شما می‌توانید میدانی از موانع با متکا و پتو ایجاد کنید تا کودک (حدود ۶-۷ ماهه) لابلای آنها و دور آنها، سینه خیز برود.

در براق قابلمه همزمان با پیشرفت کودک‌تان در نشستن به تنهایی، یک ماهی تابه یا در قابلمه به او بدهید تا با آن بازی کند. کودک شما

می تواند در حالی که به ماهی تابه ضربه می زند، آن را لمس کند، بغلتد و خود را در آن ببیند.

حرکت ریز

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴ تا ۸ ماهه)

اینک مشت کودکان شل شده است و دوست دارد به اشیاء نزدیک رسیده و آنها را بگیرد. او می تواند اشیاء را بگیرد و به آنها ضربه بزند، و حتی می تواند همزمان در هر دستش چیزی بگیرد! او می تواند مشتاقانه به شما نگاه کند. او یاد می گیرد که چگونه از انگشتانش استفاده کند و روز به روز این کار بهبود می یابد.

جغجه ها و به کودک تان فرصت کافی برای امتحان اسباب بازی ها و اسباب بازی ها جغجه های مختلف بدهید. چیزهایی که در لمس متفاوت اند یا اسباب بازی هایی که صداهای مختلفی تولید می کنند، برای کودکان بسیار جالب خواهند بود. بعضی از بهترین اسباب بازی ها- مثل قاشق- اصلاً اسباب بازی نیستند.

ناخنک بزن، وقتی کودکان شروع به خوردن غذاهای جامد می کند، از برداشتن تکه های کوچک با انگشت شست و سبابه لذت می برد. نگران کثیف کردن نباشید. این بازی جالب چشم ها و انگشتان او را تقویت می کند.

ژله درست کنید

مکعب های ژله ای کوچک درست کنید. کودک شما از گرفتن این ژله ها در حالی که در بشقاب وول می خورند، لذت می برد.

پرتاب داخل سبد

در همان وقتی که کودک تان به تنهایی می نشیند، می تواند بعضی از بازی های پرتاب کردنی را انجام دهد. از یک ظرف پلاستیکی و یک توپ کوچک، قرقره یا اسباب بازی استفاده کنید. بگذارید کودک تان توپ را داخل ظرف بیاندازد. دفعات اول ممکن است شما به او کمک کنید. حالا توپ را بیرون بیاندازید. او می خواهد بارها و بارها آن را امتحان کند!

نقاشی با انگشت

اندکی غذای نرم و سبک (مثل ماست یا پوره هویج) در بشقاب یا روی کاغذ بیسکویت بگذارید، و اجازه دهید کودک تان با انگشتانش نقاشی کند. خیلی خوب است که او این نقاشی را بخورد.

کشیدن ماکارونی

مقداری ماکارونی پخته و خوشمزه به کودک بدهید. بگذارید کودک تعدادی از رشته ها را بکشد و جدا کند. روش جالبی است که همزمان هم استفاده از انگشتان تمرین می شود و هم

غذای مختصری خورده می شود. (همیشه هنگام غذا خوردن

کودک به او توجه کنید).

ریختن سرلاک؟

مقداری سرلاک را داخل یک بطری پلاستیکی بریزید. کودک

تان می تواند کشف کند که چگونه بطری را وارونه کرده و از

سرلاک داخل آن بخورد.

زمان حمام

زمان حمام را خوشایند کنید. زیرا فرصت خوبی برای تمرین

گرفتن، ریختن و چلانیدن است. چیزهایی مانند فنجان های

پلاستیکی، توپ، اسفنج و ملاقه را به حمام ببرید تا کودک با

آنها بازی کند.

چه بازی خیس و کف آلودی!

حل مسئله

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴ تا ۸ ماهه)

یادگیرنده پر مشغله شما، علاقه مند است تا روی اشیاء کار کند! او یک اسباب بازی پیدا می کند که بخشی از آن پنهان است و با تمام توان تلاش می کند تا به چیزی که خارج از دسترس اش هست برسد. او می داند که چه زمانی یک صدا دوستانه و چه زمانی عصبانی است و اغلب صداهای دوستانه را ترجیح می دهد. همچنین او عاشق بازی دالی موشه (یا قایم باشک) است.

اون کجا رفت؟

در حالی که کودک دارد نگاه می کند صورت خود یا اسباب

بازی مورد علاقه او را پشت چیزی پنهان کنید. سپس بپرسید:

« مامان کجاست؟ » مانع را کنار بزنید و بگویید « من اینجا! »

عروسک یا خرس کودک را پنهان کنید بپرسید: « خرس

کجاست؟ » پارچه را بردارید و بگویید « اون اینجا است! »

قایق حمام

یک ظرف پلاستیکی شبیه قایق داخل وان کودک بگذارید، او از

یادگیری در مورد چگونگی غوطه ور شدن، شناور شدن، پر

کردن و خالی کردن لذت خواهد برد.

(واکنش)

برای کودک تان اسباب بازی هایی تهیه کنید که واکنش نشان می دهند مثل اسباب بازی هایی که صدا دارند، اسباب بازی هایی که با نخ هدایت می شوند، و اسباب بازی های فنی. اجازه دهید کودک خودش این اسباب بازی ها را امتحان کند. در تعجب و شگفتی کودکان سهیم شوید. « نگاه کن چه اتفاقی می افتد ».

اسباب بازی

صدا دار را پنهان

کنید

در حالی که کودک تماشا می کند یک اسباب بازی یا وسایل دیگری که صدا تولید می کنند (مثل زنگ یا یک قاشق) را زیر پتو پنهان کنید، حالا دست تان را زیر پتو ببرید و صدای اسباب بازی را درآورید. اجازه دهید کودک آن را پیدا کند، حالا اسباب بازی را در گوشه ای دیگر پنهان کنید، و بعد پشت سر کودکان. بگذارید کودک به دور و برش نگاه کند.

آهنگ سازی

به هر دست کودک یک قاشق یا یک جغجغه بدهید. به او توضیح دهید که وقتی شما آواز می خوانید، چطور آنها را به یک صفحه یا سینی مخصوص کودک بزند. شروع به خواندن کنید و با صدای بلند ضربه بزنید و بعد بخوانید و خیلی آرام ضربه بزنید. « آفرین به این گروه! »

کودک را پنهان

این بازی، نوع جالب و شادابی از قایم باشک است. وقتی لباس

کنید

های شسته را تا می زنید یا ظرف ها را می شوئید، روی
کودک یک ملافه یا حوله بیندازید. بگوئید: « بچه کجاست؟ »
یک لحظه صبر کنید و پارچه را کنار بزنید « وای! بچه
اینجاست! ».

جعبه شن ایمن

بگذارید کودک مقداری آرد گندم یا ذرت را که در یک جعبه
کوچک یا یک سینی ریخته شده است، لمس کند. همانطور که
شما هم این کار را می کنید، درباره اینکه چه احساسی می دهد
صحبت کنید و به او نشان دهید که چطور آن را با انگشتانش
پخش کند « وای! خیلی نرمه »

(بی خطر)

شخصی اجتماعی

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴ تا ۸ ماهه)

کودک تان حالا به خوبی شما را می شناسد و دستانش را باز می کند تا به سمت شما بیاید، ممکن است وقتی غریبه ای به او نزدیک می شود اخم کند. او دوست دارد با تصویرش در آینه بازی کند و تا زمانیکه احساس امنیت و اطمینان کند، کاملاً اهل معاشرت است.

فنجانی برای بگذارید کودکان یک فنجان پلاستیکی را نگه دارد، کمی آب

کودک داخل آن بریزید و ببینید کودک تان با آن چه می کند. شاید او

از اینکه سعی کند تا مقداری از آب فنجان بخورد، لذت ببرد.

اجازه دهید امتحان کند.

آگاهی از بدن کودک تان دارد بخش های مختلف بدن را کشف می کند و

احتمالاً به پاها و دست هایش علاقه زیادی نشان می دهد با

بازی هایی مثل لی لی حوضک یا بازی دیگری که با انگشت

های دست و پا انجام می دهند، او را تشویق کنید. وقتی او

پاهایش را لمس می کند در مورد بدنش با او صحبت کنید.

بگویید « پاهاتو پیدا کردی! »

تغذیه خود

کودکتان را تشویق کنید تا غذاهای سالمی مثل کلوچه، را بردارد و بخورد. همچنین شما می توانید، در حالی که به کودک با قاشق دیگری غذا می دهید، قاشق خودش را به او بدهید تا آن را بگیرد. سعی کنید نوبت بگیرید- وانمود کنید که مقداری غذا خوردید و بعد یک تکه به کودکتان بدهید. کودک می فهمد که در واقع تغذیه خودش است که به این روش پیش می رود.

قدرت زمزمه

تکان بخورید، قدم بزنید، یا برقصید و واژه های شیرینی در گوش کودکتان زمزمه کنید. زمزمه کردن کمک می کند تا کودک آرام بگیرد، این راه دیگری برای صحبت کردن با صدایی آرام و محبت آمیز است.

یک گردهمایی

والد دیگری را همراه با فرزندش دعوت کنید تا با کودک شما بازی کند، همانطور که بچه ها به هم نگاه می کنند، دستشان را به طرف هم می آورند و همدیگر را جستجو می کنند، به چیزهای جالبی در مورد یک انسان واقعی پی می برند. در حالی که کودکان جستجوی شان را می کنند، در کنارشان بمانید تا از آنها حفاظت کنید.

اجتماعی

خداحافظی کردن

وقتی برای چند لحظه از اتاق خارج می شوید، دستتان را به نشانه خداحافظی تکان دهید. همان طور که دست تان را تکان می دهید به کودک بگویید کجا می روید « من دارم می رم تو اتاق تو تا پتویت را بیاورم، همین الان بر می گردم خداحافظ »

صورت هایی در

وقتی همراه کودک تان به آینه نگاه می کنید، در مورد بخش های مختلف بدن مثل چشم ها، بینی و گوش ها با او صحبت کنید. بینی تان را لمس کنید « بینی بابات! » بینی کودک را لمس کنید و بگوئید « بینی نی نی! ». « چشم های بابا، چشم های نی نی ». این بازی را تا وقتی که کودک علاقه نشان می دهد ادامه

آینه

دهید.