

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان

(۴۲ تا ۴۸ ماهه)

ارتباطات

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴۲ تا ۴۸ ماهه)

کودکتان اکنون از کتاب ها و داستان های طولانی تر لذت می برد. او می تواند یک داستان شنیده شده قبلی را بگوید یا از خودش داستان های خیالی بسازد. او اغلب «چرا» را نه فقط در مورد کتاب ها، بلکه همچنین در مورد رویدادهای روزانه می پرسد. می تواند رویدادهای جدید را با مقداری جزئیات شرح دهد. ممکن است علامت تایلوهای آشنا را در حوالی بخواند. او نام و نام خانوادگی اش را می داند و احتمالاً نامش را به صورت نوشته شده می شناسد.

صحبت کردن در	عکس هایی که کودکان انتخاب می کند در هر صفحه، در یک
مورد کتاب	دفتر یادداشت یا در ورق های سفیدی که با گیره به هم متصل شده بچسبانید. همانطور که با کودکان به این کتاب عکس نگاه می کنید از او بخواهید در مورد عکس ها صحبت کند. بگوئید «اینجا چی شده است؟» «چه رنگهایی را می بینی؟»، «آیا آن هاپو، غمگینه یا خوشحاله؟» ببینید آیا کودکان می تواند در مورد هر عکس دو یا سه چیز به شما بگوید.
آنچه را که	زمانی که در اتوبوس یا ماشین هستید، اشیاء زنده یا تصاویر را
می توانی ببینی	در طبقه خاصی (حیوانات، ماشین های بزرگ، ماشین های
بگو	سفید، موتور سیکلها، تابلوهای رانندگی و ...) جستجو کنید. در
	ابتدا طبقه بندی را انتخاب کنید: شما ممکن است بگوئید بگذار

ببینم در حالی که ما در حال رانندگی هستیم چه تعداد حیوان را می توانیم ببینیم. هم شما و هم کودکان می توانید به سگ ها، گربه ها و حیوانات روی آگهی ها، مجسمه ها و تصاویر اینها اشاره کنید. سعی کنید اشیاء دارای چرخ یا اشیایی که بلند هستند را پیدا کنید. بگذارید کودکان خودش طبقه هایش را برگزیند.

کودکتان می تواند شرع به ساختن داستان هایی از خودش بکند شما می توانید او را تشویق کنید تا همانطور که او آنها را به شما می گوید روی قطعه کاغذی در پایین صفحه داستان را بنویسد و می تواند مرتبط با موضوع داستان تصاویری ترسیم یا رنگ آمیزی کند شما می توانید این داستان ها را برای درست کردن کتابی به عنوان « داستان های خودم » در یک پوشه بگذارید.

در زمان خواندن داستان هایی که کودک قبلاً شنیده است، یک کلمه یا بخشی از داستان را اینجا و آنجا جا بیاندازید و مکث کنید تا کودکان آن را بیان کند: « مامان اردک گفت».

داستان های من

جای خالی را پر

کنید

آنچه را که من

یک عمل ساده مثل کف زدن را انجام دهید و به کودکان بگوئید

انجام می دهم

« آنچه را که من انجام می دهم انجام بده » سپس یک حرکت

انجام بده

ساده را اضافه کنید نظیر مالش شکمتان، کودکان را وادار کنید

ابتدا آن حرکت شما را با شما و سپس به تنهایی انجام دهد. حالا

حرکت سوم را اضافه کنید و ببینید کودکان می تواند هر سه

تا را بخاطر بیاورد. کف، کف، مالش، مالش، چشمک، چشمک،

اینکار را تا جایی که کودکان می تواند حرکات را به یاد بیاورد

ادامه دهید و حرکاتی بیشتر اضافه کنید.

حرکت درشت

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴۲ تا ۴۸ ماهه)

کودکتان حالا هماهنگ تر شده است و می تواند بدود، تاب بازی کند و با اطمینان بیشتری تعادل خود را حفظ کند. او می تواند بپرد، برقصد و روی یک پا برای بیش از یک ثانیه تعادل خود را حفظ کند. او می تواند با پاشنه و پنجه راه برود و به سمت جلو معلق بزند. او ممکن است مهارت های تاب خوردن را داشته باشد.

دنبال کردن

زمانی که در خانه یا در پارک در حال بازی هستید کودکان را

شما

تشویق کنید شما را دنبال کند. فعالیت های ممکن شامل، دور

زدن دور پتو، لی لی کردن در میان علف ها، عقب عقب رفتن یا

سر خوردن از سر سره باشد. زمانی که شما تمام کردید، حالا

نوبت اوست که بازی را شروع کند و شما باید او را تعقیب کنید.

توپ را بگیر

اکنون سن خوبی برای شروع بازی گرفتن (توپ) با کودکان

می باشد. یک توپ نسبتاً بزرگ و نرم را ترجیحاً طوری که اگر

او نتوانست توپ را بگیرد آسیبی نبیند، بردارید. با پرت کردن

توپ به سمت وی از یک فاصله نزدیک شروع کنید، سپس کم کم

به عقب حرکت کنید طوری که گرفتن توپ از فاصله ۱,۵ تا دو

متری را تمرین کند.

مسابقه

با پخش یک موسیقی با کودکتان و چند کودک دیگر از خود

بی حرکت

حرکات مختلف نمایشی در بیاورید. با قطع موسیقی زمان بی

ماندن

حرکت شدن کامل همه در هر وضعیتی است که داشته اند. همه

باید در وضعیت خود « ثابت » بمانند. کودکتان را تشویق کنید

که در وضعیت های مختلف بی حرکت شود بر روی یک پا، خم

شده روی چیزی، نوک پنجه، با شروع موسیقی بعدی دوباره

حرکت شروع می شود و همه می توانند دوباره حرکت کنند.

بالا انداختن

با برش وسط در پلاستیکی قوطی های بزرگ مانند قهوه یا

حلقه

کنسروها آنها را به صورت حلقه درآورید. فرزندان را تشویق

کنید حلقه ها را به سمت یک ستون کوچک که با روزنامه ساخته

اید یا یک چوب در زمین (اگر بیرون منزل بازی می کنید)

پرتاب کند. در صورتی که حلقه ها در ستون بیافتد برنده است.

همچنین ممکن است جعبه ای را که چند متری از او فاصله دارد

مورد هدف گیری قرار دهد و اشیا را داخل آن پرتاب کند.

پریدن

زمانی که کودکتان می تواند بپرد و همزمان با دو پا به زمین

بنشیند، به او نشان دهید چطوری از روی چیزی که دارای

ارتفاع است به سمت دیگر آن بپرد. با یک جعبه دستمال کاغذی

خالی یا آجر شروع کنید. ببینید آیا کودکان می تواند با هر دو پا
بپرد.

بسکتبال

خانگی

از یک کارتن گرد خالی یا یک سطل پلاستیکی بزرگ به عنوان
یک سبد برای پرتاب توپ های کوچک از جنس گلوله های کاموا
یا فویل آلومینیوم یا روزنامه یا کاغذ کادوی مصرف شده
استفاده کنید. هنگامی که توپ داخل سبد افتاد کودک را در
آغوش بگیرید.

حرکت ریز

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴۲ تا ۴۸ ماهه)

ماهیه های انگشتان کودکان قوی تر شده اند و کودکان در نقاشی کشیدن و نوشتن ماهرتر شده است. او می تواند قطعات پازل را در کنار یکدیگر قرار دهد و به راحتی مهره ها را به نخ بکشد او در بکارگیری قیچی ماهرتر شده است و ممکن است بدون کمک قادر به بریدن روی یک خط باشد. او ممکن است حتی قادر به دنبال کردن طرح های ساده باشد.

بریدن مجلات

به کودکان یک مجله قدیمی و یک قیچی پلاستیکی بدهید.

و چسباندن

بگذارید او عکس ها را از مجله جدا کند او مجبور نیست آنها را

دقیق جدا کند؛ با استفاده از چسب مایع، آنها را به یک قطعه کاغذ

بچسبانید. شما می توانید از کودکان بخواهید که نوع خاصی از

عکس را انتخاب کند و آنها را ببرد و روی کاغذ بچسباند.

جورچین با

یک صفحه رنگارنگ از یک مجله را بردارید، آن را به ۵ یا ۶ قطعه

عکس های

برش دهید و کودکان را تشویق کنید که قطعه ها را در کنار

بیشتر

یکدیگر قرار دهد. برای پازل های مقاوم تر، عکس ها را قبل از

اینکه ببرید بر روی مقوای نازک بچسبانید. پازل ها را در یک

پاکت برای استفاده دوباره نگه دارید.

دکمه

برای کودکان لباس هایی تهیه کنید که یک یا دو دکمه بزرگ

کجاست؟

داشته باشند. شما ممکن است همچنین اجازه دهید به شما در

بستن یک دکمه لباس آویزان در چوب لباسی کمک کند.

همانطور که او سعی در بستن دکمه دارد وانمود کنید که این یک

بازی قایم باشک است، در حله اول دکمه پنهان شده، سپس از

سوراخ کم کم آشکار می شود و بعد کل آن پدیدار شود.

مسابقه بر

به کودکان یک موچین یا انبر کوچک و دو فنجان بدهید. تعدادی

چیدن

نخود یا لوبیا یا دکمه های لباس، یا مهره های بزرگی در یکی از

فنجان ها بگذارید و کودکان را تشویق کنید که با موچین آنها را

بردارد و در فنجان دیگر قرار دهد همین که کودکان توانست

این کار را انجام دهد، برای هیجان انگیزتر کردن، آن را به

صورت مسابقه در آورید. آن را به سرعت انجام بده: آماده،

برو!

کوک کردن

اگر شما یک ساعت کوکی دارید، به کودکان نشان دهید چطور

ساعت

زنگ آن را کوک کند یا دستانش را بچرخاند. این کار نه تنها

باعث می شود که کودکان تعدادی تمرین حرکت ریز را انجام

دهد بلکه همچنین چیزی در مورد اینکه ساعت ها چطور کار می

کند یاد خواهد گرفت.

زمان کار با

ابزار

بگذارید کودکان با تعدادی مهره های بزرگ و پیچ ها بازی کنند.

ببینید آیا او می تواند مهره را در پیچ بپیچاند. همچنین اجازه

دهید او با چکش زدن روی یک میخ کوتاه آن را در قطعه چوبی

فرو کند. اگر شما یک پیچ بزرگ شکافدار دارید اجازه دهید

کودکتان از پیچ گوشتی برای پیچاندن استفاده کند. در ابتدا

شاید لازم باشد است که شما پیچ را با دست بگیرید. مطمئن

شوید که سوراخ به اندازه کافی بزرگ است طوری که بستن پیچ

خیلی سخت نباشد. همیشه زمانی که کوچولو ها در حال بکار

بردن ابزارها هستند نظارت کنید.

حل مسئله

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴۲ تا ۴۸ ماهه)

کودکتان در حال یادگیری درست شمردن می باشد. او می تواند بیش از سه یا چهار و گاهی از حفظ تا ۱۰ را بشمارد. دانش او در مورد جهان رو به رشد است. او حالا تضادهای ساده و یا اینکه اشیاء یکسان یا متفاوتند را درک می کند. او الگوها یا شدت را می فهمد نظیر « آب سرد، آب گرم، آب داغ » یا « صدای بلند، صدای بلندتر، بلندترین صدا »

کودکتان را تشویق کنید تا در مورد چیزهایی که در گذشته	به خاطر بیاور
اتفاق افتاده با شما صحبت کند. شما می توانید با این عبارت	آنچه را که اتفاق
شروع کنید: « یادته زمانی که شما به پیش مادر بزرگ رفته	می افتد در زمانی
بودی و ما داشتیم حلیم می پختیم چی شد؟ » پایان واقعه را با	که.....
سئوالات بعدی پیگیری کنید: « چه زمانی ما آن را انجام دادیم؟ »	
« بهترین چیزی که تو دوست داشتی چی بوده؟ » یا « آن باعث	
شد چه احساسی پیدا بکنی؟ »	

کودکتان را به کاوش کردن درباره اسم رنگ ها تشویق کنید. به	جستجوی رنگ
کودکتان بگوئید « رنگ..... را پیدا کن و آن را روی میز بگذار. »	
سپس رنگ دیگری را تقاضا کنید. این یک مسابقه خوب برای	
بازی با همه افراد از جمله کودکان بزرگتر یا بزرگسال است.	

سعی کنید از چهار یا پنج رنگ متفاوت استفاده کنید. حتی اگر دو رنگ را اشتباهی گفت، او را برای تلاش کردن تحسین کنید.

جوراب کجا

رفت؟

یک جوراب (از هر نوعی) را روی سرتان یا هر جای دیگری که به آن تعلق ندارد بگذارید. بپرسید جورابم کجاست؟ زمانی که کودکتان اشاره می کند یا می گوید آن روی سر شماست، از او بپرسید آن واقعاً مال کجاست؟: « به پاهایم؟ واقعاً؟ » با این بازی ساده سرگرمی داشته باشید. از شیء دیگری استفاده کنید مثلاً یک قالب صابون در کاسه حبوبات.

چه کار میکنی

وقتی که.....

از کودکتان سؤالات ساده ای بپرسید نظیر « زمانی که واقعاً خسته هستی چه کار می کنی؟ » « چه چیزی انجام می دهی زمانی که گرسنه باشی؟ » « چه کاری انجام می دهی زمانی که خیس شده باشی؟ » ببینید آیا کودکتان می تواند جواب های منطقی به شما بدهد. در مورد آن صحبت کنید.

چه چیزی تعلق

ندارد؟

چهار شیء را جمع آوری کنید. مطمئن شوید که سه شیء بسیار بهم شبیه هستند یا در یک طبقه قرار می گیرند نظیر سه تا لیمو ترش، مورد چهارمی که تعلق ندارد اضافه کنید نظیر یک قالب صابون از کودکتان بپرسید تا به شما بگوید کدام شیء به این طبقه تعلق ندارد. چیز متفاوتی را بسنجید: سه شیء از حمام را

جمع آوری کنید نظیر صابون، شامپو یا دستمال توالت و چیزی

نظیر پیچ گوشتی را اضافه کنید. از کودکان بپرسید تا به شما

بگویند که کدام شی به این طبقه تعلق ندارد چرا؟

شخصی اجتماعی

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۴۲ تا ۴۸ ماهه)

کودکتان در منتظر نوبت بودن را بهتر درک می کند. اگر او با تشریک مساعی با کودکان بازی می کند، ولی هنوز گاه گاهی در حل مسئله به کمک بزرگسالان نیاز دارد. احساساتش می تواند نیرومند باشد. اما زمانی که شما احساس ها را نامگذاری می کنید ممکن است آنها را راحت تر بفهمد. او دوست دارد خودش لباس هایش را انتخاب کند و در پوشیدن لباس به تنهایی ماهر شده است.

پر کردن ظروف

به کودکان یک پارچ کوچک با فنجان پیمانه گیری بدهید و

خالی

اجازه دهید او شیر را از پارچ به درون فنجان بریزد. برای

احتیاط یک دستمال حوله ای زیر آن بگذارید. بگذارید موقع

صرف غذا او آبلیمو یا شیر را بریزد. موفقیت او را تحسین کنید.

لباس ویژه ای را

کودکان دوست دارند از بزرگسالان خانواده هاشان و افراد

پوشیدن

جامعه تقلید کنند. برای بازی لباس هایی تن کودک کنید. کودکان

را به پوشیدن لباس هایشان، بستن دکمه ها، گیره ها، زیپ ها آن

تشویق کنید. لباس ها نباید خیلی رسمی باشد: پیراهن های

گشاد، روسری ها، کلاه ها، دامن ها، کفش ها. در کنار آن

بگوئید: « آیا قصد داری امروز به سر کار بری؟ » « آیا قصد

داری به مهمانی بری؟ »

عروسکهای

عروسک های خیمه شب بازی روش دیگری برای درآوردن

خیمه شب بازی

تقلید و تفریح می باشند. شما می توانید آنها را از فروشگاه خریده و یا خودتان آنها را درست کنید. یک عکس مجله از یک فرد یا یک حیوان پیدا کنید و یا عکسی را نقاشی کنید، آن را جدا کنید و روی مقوا بچسبانید یک چوب را به آن متصل کنید چوب قابل حرکت را رنگ کنید. بگذارید کودک شما یک شخصیت باشد و شما شخصیت دیگر باشید. با صداهای شخصیتی که ساخته اید گفتگو با کودک را آغاز کنید.

کمک کننده

به کودکان اعلام کنید برای امروز به یک کمک کننده خاص نیاز دارید. بگذارید او به شما در شستن لباس ها، آشپزی، آب دادن گلها، جارو زدن و شستن ظرف ها و..... کمک کند. او می تواند به روش های مختلف در هر چیزی به شما کمک کند. مطمئن شوید که شما وقت اضافه تری از آنچه که کمک کننده جواناتان به آن نیاز دارد به او می دهید. این کمک کردن سرانجام بخشی از کارهای روزمره و عادی کودکان خواهد شد. بنابراین او را تحسین کنید و آن را به صورت سرگرمی حفظ کنید. در زمان صرف شام به دیگران بگوئید که او چه نقش مهمی در کمک کردن داشته است.

خاص

انتخاب های خود

برای فعالیتهای کودک امکان انتخاب فراهم کنید. گاهی اوقات

کمکی

زمانی که او امکان انتخاب دارد راحت تر همکاری می کند. برای

مثال ممکن است به او پیشنهاد کنید که بین مسواک زدن قبل یا

بعد از پوشیدن پیژامه اش برای رفتن به تخت خواب تصمیم

بگیرد. این گونه تصمیم گیریها فعالیت هایی هستند که کودک

باید بهر حال انجام بدهد ولی اگر امکان انتخاب وجود داشته

باشد این فعالیت ها سرگرم کننده تر و جذاب تر خواهند بود.