

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودک تان

(۸ تا ۱۲ ماهگی)

ارتباطات

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۸ تا ۱۲ ماهه)

کودک شما حالا صداهای متنوعی از خود در می آورد و چیزهای زیادی برای گفتن دارد. او دوست دارد با در آوردن صداهایی مثل " با با با " بازی کند و یاد می گیرد که بعضی از صداها برای افراد خاصی بکار می رود، مثل « دا دا ». او بعضی از کلمات و دستورها را می فهمد و به زودی نام افراد آشنا و اشیاء را می گوید.

پیروی از

به کودکان کمک کنید که یاد بگیرد تا دستورها ساده را گوش

دستورها

و اجرا کند. دستورهای ساده ای مثل « مامان بزرگ کو؟ »،

« دلت را بمال » یا « پوشکت را بگیر » را امتحان کنید. وقتی

کودک به این دستورها پاسخ می دهد یا انجام می دهد، مطمئن

باشید که به او این فرصت را داده اید که بفهمد شما به او

توجه می کنید. « اوه، مامان بزرگ اونجاست » یا « ممنون که

پوشکت گرفتی ».

زمان خرید،

وقتی برای خرید به فروشگاه می روید و کودک همراه

فرصت یادگیری

شماست، با او در مورد چیزهایی که می بینید صحبت کنید. بگذارید وسایل را بگیرد یا داخل چرخ خرید بگذارد. علامت های داخل فروشگاه را به او نشان دهید و برایش بخوانید. « اون علامت یعنی سیب ». « بیا چند تا سیب قرمز قشنگ برداریم ».

تلفن بازی

با تلفن اسباب بازی یا یک تلفن همراه غیر قابل استفاده با کودک تان صحبت کنید. وقتی دو تا تلفن باشد، هر دوی شما می توانید صحبت کنید و کودکتان از اینکه می تواند درست مثل بزرگترها با تلفن صحبت کند لذت می برد.

آهنگ خواب

هنگام خواب، کودکتان را نزدیک خود نگه دارید و با آهنگ آرامی با یکدیگر حرکت کنید کودک شما احتمالاً در طول روز، زمان زیادی را به جستجو پرداخته است. حالا زمانی است که نیاز به آغوش گرفتن دارد. این نوع ارتباط با کودک یک حس نزدیکی و صمیمیت را ایجاد می کند.

اوقات آرامش

زمانی که کودک بیدار و هوشیار است، رادیو و تلویزیون را خاموش کنید تا او فقط صدای شما را بشنود. این کار به کودک کمک می کند صدای کلمات را واضح تر بشنود. فقط برای رضایت کودک زمرمه کنید و بخوانید. از کودک

بپرسید « می تونی صدای پرنده را بشنوی؟ » « می تونی
صدای ساعت را بشنوی؟ »

بازی تکرار
صدای کودک
وقتی کودک تان صدایی مثل «با» در می آورد، آن صدا را تکرار
کنید: «بابا». کودک شما از بازی با صداها و ارتباط کلامی
لذت می برد.

دست دسی
دست بزنید و بگویید « آفرین! » کودک این توجه را دوست
دارد و احتمالاً او هم دست می زند!

ماجرای جویی در
خواندن
هر روز برای کودک تان کتاب بخوانید. او را در آغوش بگیرید،
نزدیک خود ببرید و زمان خاصی را برای با هم بودن بگذارید.
عکس های کتاب را به او نشان دهید یا از او بخواهید تا چیزی
را در تصویر پیدا کند. « پیشی کو؟ »

حرکت درشت

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۸ تا ۱۲ ماهه)

این دوره، دوره ی بسیار فعالی برای کودکان است. حالا او خودش را با کمک پشتی، مبل یا صندلی خانه بالا می کشد و خودش را چهار دست و پا یا سینه خیز به جاهایی که تا قبل از آن نمی توانست برود می کشاند، و آماده می شود تا راه بیفتد. در حقیقت، او در حالی که دست شما را می گیرد احتمالاً می تواند راه برود و تلاش می کند تا چند قدمی بدون کمک شما بردارد.

پول در بانک چند سکه یا در فلزی اشیای بی مصرف به جای پول را جمع

کنید بگذارید کودک تان که حالا می تواند به تنهایی بنشیند، این

چیزهای گرد را داخل یک ظرف شفاف بیندازد. سپس ظرف را

تکان دهید تا صدای بلندی تولید کند. سپس آنها را بیرون

بریزید تا دوباره آن را در بانک ساختگی برگرداند.

با پازدن، با پازدن وقتی می خواهید کهنه بچه را عوض کنید یا او را برای خواب

آماده می کنید، این بازی را با او بکنید. زمانی که او پاهایش را

تکان می دهد مطابق با ریتم تکان دادند پاهایش برای او

شعری بخوانید. هر وقت این حرکت را متوقف می کند، شما هم خواندن تان را متوقف کنید. زمانی که دوباره شروع کرد، شما هم شروع به خواندن کنید. این تبدیل به بازی با مزه بایست و برو خواهد شد. کودک شما نه تنها به ماهیچه های خود ورزش می دهد، بلکه او به سمت حکم دادن پیش می رود.

رسیدن به اسباب

اگر کودک تان می خواهد بایستد اسباب بازی های مورد علاقه اش را روی یک میز کوتاه قرار دهید و بگذارید تا برای رسیدن به آنها خودش را بالا بکشد، این تمرینی برایش خواهد بود تا هم بایستد و هم تعادل خود را حفظ کند. همچنین او در مورد نزدیکی یا دوری چیزهایی یاد می گیرد.

بازی

یک ظرف پلاستیکی کوچک بردارید، تعدادی سوراخ روی آن ایجاد کنید و بگذارید کودک هنگام حمام آن را با آب پر کند و کمکش کنید تا آن را بالای سرش بگیرد و با همراهی شما باران را خودش تجربه کند.

باران، باران

درون وان

زمانی که کودک راه رفتن را شروع می کند، می خواهد آن را مرتب تمرین کند. به او نشان دهید که چگونه یک صندلی یا چهارپایه سبک را نگهدارد و در اطراف اتاق بکشد. جعبه های مقوایی نازک و محکم هم می توانند اسباب بازی های کشیدنی

تمرین راه رفتن

خوبی باشند برای اینکه کودک پشت سر خود آن را بکشد
وقتی با کودک تان راه می روید بگذارید یک چیزی را دنبال
خودش بکشد.

تونل سازی

ملافه ای روی میز یا پشت دو تا صندلی پهن کنید. اجازه دهید
کاوشگر کوچک تان به داخل این « تونل » ساخته شده سینه
خیز برود. وقتی او دیده نمی شود، صدایش کنید. سپس زمانی
که شما را پیدا کرد با هیجان و شادی با او روبرو شوید.

حرکت ریز

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۸ تا ۱۲ ماهه)

کودکتان با انگشت شست و سبابه شروع به برداشتن تکه های ریز غذا می کند. او می تواند چیزهایی را از ظرف در بیاورد مثل درآوردن قاشق از کاسه پلاستیکی، و می تواند دو تا اسباب بازی را به هم بکوبد. اگر به او مداد رنگی و کاغذ بدهید، ممکن است سعی کند از نوشته شما با خط خطی تقلید کند.

بازی ملموس در یک جعبه مقوایی، اشیایی برای لمس کردن، گرفتن و کوبیدن بگذارید و یک بازی ملموس را ایجاد کنید. اشیای خوب می تواند یک بطری خالی پلاستیکی کوچک، پارچه مخملی چهار گوش و اسفنج باشد. بگذارید کودک دستش را داخل جعبه کند و چیزی بردارد، درباره چیزی که برداشته، صحبت کنید. این تمرینی برای ماهیچه های کوچک است ولی کمک می کند کودک جنس های مختلف را لمس و بررسی کند.

دست زدن، کف به کودک کمک کنید دستانش را به سمت همدیگر بیاورد و

زدن

دست بزند، دستان او را به هم بزنید و زیر پتو پنهان کنید. او از دیدن دستانش که می روند و بر می گردند خوشش می آید.

توپ گرفتن

با یک توپ نرم و کوچک - یا توپی که از جوراب هایی که گلوله شده ساخته اید - با کودک تان بازی کنید، او هنوز نمی تواند که توپ را کامل بگیرد، ولی از این که تلاش می کند که توپ را پرت کند و بعد دوباره آن را بگیرد لذت می برد.

پاره کردن

اگر کودک تان دوست دارد کاغذ پاره کند، جعبه یا سبد بزرگی تهیه کنید و داخل آن تعدادی مجلات قدیمی و کاغذ کادو بگذارید. اجازه دهید هر چه می خواهد کاغذ پاره کند. اگر بیشتر دوست دارد تکه های کاغذ را در دهانش بگذارد تا آنها را پاره کند، آن جعبه را کنار بگذارید و دوباره چند هفته بعد این کار را از سر بگیرید.

جمع کردن چوب

بیرون از خانه قدم بزنید. کودک تان را تشویق کنید تا سنگ ها را داخل یک سطل یا پاکت کوچکی جمع کند. شاخه های کوچک و برگ ها را هم بردارید. با او در مورد رنگ و اندازه آنها صحبت کنید. « ببین - این برگ بزرگ، چقدر قشنگه! »

و سنگ

(مراقب چیزهایی که ممکن است به سمت دهانش ببرد، باشید).

ریختن تنقلات

تکه های کوچک نان یا بیسکویت ریز شده را در یک ظرف

داخل ظرف

پلاستیکی با درپوش فشاری یا پیچی بگذارید؛ اجازه دهید

کودک درش را باز کند. ممکن است شما مجبور شوید به او

نشان دهید که چگونه در ظرف را باز کند و نان را بردارد. به

زودی او خودش این کار را به تنهایی انجام خواهد داد.

کتاب خوانی

یک روش عالی برای خواب این است که کودک را در آغوش

هنگام خواب

بگیرید و کتاب بخوانید. اجازه دهید چند کتاب بردارد و کمک

کنید تا ورق بزند. در مورد عکس ها صحبت کنید، و از این

زمان خاص لذت ببرید.

حل مسئله

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۸ تا ۱۲ ماهه)

کودک یاد می گیرد که چگونه اشیاء کار می کنند، او با جدا کردن آنها خود را مشغول می کند. می تواند تکه هایی از یک جورچین را بردارد؛ یاد می گیرد که چطور اشیاء مخفی شده در زیر پتو را پیدا کند. او از نگاه کردن به عکس های کتاب و از این که شما نام عکس ها را بگویید لذت می برد. از آنجا که بسیار جستجو گر بوده است احتمالاً تا کنون با کلمه « نه » آشنا شده است.

بازی های موزون مکعب های کوچک یا قاشق را روی میز بزنید یا اسباب بازیها

را به هم بزنید تا صدا تولید شود. با صدای بلند بخوانید، و

کمی حرکات موزون انجام دهید. از موزیک لذت ببرید.

روسری کشی چند روسری یا پارچه یا دستمال رنگارنگ دور هم ببیچید.

آنها را داخل لوله ای مقوایی وارد کنید بگذارید کودکان آن

روسری ها را از داخل لوله بیرون بکشید. حالا از او بخواهید

دوباره آنها را به داخل لوله برگرداند، آیا می تواند؟

بگرد و پیدا کن

یک ساعت عقربه ای یا یک رادیو کوچک را زیر پتو یا بالش

پنهان کنید. اجازه دهید کودک گوش کند تا صدا را پیدا کند.

« می شنوی؟ اون کجاست؟ »

اسباب بازی سوم

وقتی کودک تان در هر دستش یک اسباب بازی دارد، به او

اسباب بازی سومی بدهید. ببینید او می تواند راهی برای

گرفتن اسباب بازی سوم پیدا کند و هر سه را با هم نگه دارد.

اگر الان این کار برای او مشکل است، طی چند هفته بعد دوباره

آن را امتحان کنید.

داخل و خارج

مقداری حبوبات داخل ظرف پلاستیکی شفاف یا بطری

پلاستیکی بدون در بریزید. همین طور که کودک تلاش می کند

این حبوبات را بیرون بیاورد او بیشتر درباره داخل و خارج

یاد می گیرد. راه دیگری برای آموزش داخل و خارج به کودک،

تهیه یک جعبه بزرگ است که بتواند چهار دست و پا به آن

داخل و از آن خارج شود.

کمی خنده

تا حدود ۱۱ ماهگی، حس شوخ طبعی کودک تان شروع به

رشد می کند. سعی کنید کار جالبی انجام دهید، مثل نوشیدن

از لیوان کودک تان یا وانمود کنید که موقع بیرون رفتن، کفش

های او را می پوشید. او احتمالاً قهقهه خواهد زد.

فنجان های

جادویی

یک اسباب بازی کوچک را زیر فنجان بگذارید. اسباب بازی را زیر فنجان پنهان کنید و بپرسید: « اسباب بازی کو؟ » اگر آن را پیدا نکرد، فنجان را بلند کنید و به او جای اسباب بازی را نشان دهید. بگویید: « تو پیداش کردی! » این کار را چند مرتبه انجام دهید به زودی او خودش فنجان را بر می دارد و اسباب بازی را پیدا می کند. بعدها فنجان دیگری اضافه کنید. ببینید آیا کودک به خاطر می آورد اسباب بازی زیر کدام فنجان است.

شخصی اجتماعی

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۸ تا ۱۲ ماهه)

کودک شما ممکن است از غریبه ها بترسد و ترجیح دهد فقط با شما باشد. او دوست دارد محیط اطرافش را کشف کند و برای حفظ ایمنی اش به چشم های مراقب شما نیاز دارد. او علایق و ناخوشایندی اش را نشان می دهد و محبتش را به شما و حتی اسباب بازی مورد علاقه اش ابراز می کند. او به شما می تواند کمک کند تا به او لباس بپوشانید اما زمانی که خودش می تواند چیزهایی را انجام دهد دوست دارد این کار را خودش به تنهایی بکند.

زمان حمام وقتی کودک را حمام می کنید به او یک لیف دهید. تشویق کنید

خودش را بشوید. بعد از حمام، بگذارید کودک تان با داخل

کردن دستها در لباسش، در پوشیدن لباس به شما کمک کند؛

صبور باشید این تمرین مهارت های کمک به خودش، زمان

زیادی می برد.

ادا در آوردن

کودک شما احتمالاً از تقلید کردن لذت می برد. به کودک نشان دهید که چگونه به چطور همراه با شما ادا در بیاورد و او را به این عمل تشویق کنید. با حرکات ساده شروع کنید مثلاً روی میز بزنید یا کلاه روی سرتان بگذارید. در مورد کاری که انجام می دهید صحبت کنید. بگویید: «نوبت توئه» و ببینید آیا کودکان همان کار را می کند. اجازه دهید یک بار هم کودک ادا در بیاورد و شما از آن تقلید کنید.

زمان مهمانی

کودک شما ممکن است از تماشای بازی بچه های بزرگتر لذت ببرد. بخصوص زمانی که برادر یا خواهر بزرگتری داشته باشد این کار جالب تر است. اگر در همسایگی تان کودکان همسن او حضور دارند، او از بازی با آنها لذت می برد. در ابتدا، آنها از تماشای یکدیگر لذت می برند، سرانجام آنها یاد می گیرند که با هم بازی کنند.

کمک کار

به کودک خود یک اسفنج مرطوب بدهید و بگذارید میز،

کوچولو

صندلی، کف، دیوارها و درها را پاک کند. وقتی شما مشغول آماده کردن شام یا شستن ظرف ها هستید، این کار برایش لذت بخش خواهد بود. به او بگوئید: «از اینکه به مامانی کمک کردی ممنونم».

زمان میان وعده

کودک از اینکه خودش غذا بخورد لذت می برد. بگذارید از میان غذاهای ساده ای مثل کلوچه یا تکه های میوه، چیزی را انتخاب کند. او حتی نوشیدن از یک فنجان بزرگ با مختصر کمک شما لذت می برد.

آینه

هنگامی که در خانه فرصتی پیدا می کنید یا در حالی که کارهای روز مره تان را انجام می دهید، بایستید و کودک را تشویق کنید تا صورتش را در آینه نگاه کند. شکلک های با مزه درآورید: "به او بگویید چقدر بزرگ شده ای".

توپ بازی

زمانی که روی کف اتاق نشستید، توپ کوچکی را به طرف کودک بغلتانید، و بعد از او بخواهید او را دوباره به سمت شما قل دهد. سپس، این کار را کمی سریع تر انجام دهید. این می تواند بازی جالبی همراه با برادر یا خواهر بزرگتر باشد.

