

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان

(۳۰ تا ۳۶ ماهه)

ارتباطات

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۳۰ تا ۳۶ ماهه)

کودک شما نمی تواند در مورد چیزهای زیادی صحبت کند و می تواند دستورهای ساده را دنبال کند. در دستور زبان اشتباه هایی مثل گفتن « چشمک » به جای « چشم » خواهد داشت. او می تواند آنچه را که در حال اتفاق افتادن است با استفاده از جملات طولانی تر بگوید. در مورد آنچه که در طی روز اتفاق افتاده صحبت کنید. هر روز برای کودکان « کتاب » بخوانید. وی می تواند کتاب های مورد علاقه اش را با بکارگیری لغاتی که شما برای او خوانده اید، وانمود به خواندن کند.

خواندن مجلات در مورد عکس های مجلات خانگی معمولی صحبت کنید.

عکسهایی از لوازم خانگی که کودکان می شناسد نظیر خمیر

دندان، صابون، کهنه بچه، حیوانات اهلی یا ماشین ها پیدا کنید.

به عکس اشاره کنید و بپرسید « این چیه؟ » « آیا ما این را در

خانه داریم؟ »

ساده لوح بودن اگر شما وانمود کنید نمی دانید نام اشیاء واقعاً چیست کودک

من سرگرمی خواهد داشت. به خمیر دندان اشاره کنید و بپرسید

« آیا آن یک صابون است؟ ». اجازه دهید او به شما آنچه را که

واقعاً هست بگوید. کودکان از « آموزش » نام درست اشیاء لذت

خواهد برد.

بازی نوار پیچ

وانمود کنید با استفاده از نوار یا چسب زخم در حال باند پیچی

کردن

یا پانسمان زخم می باشید. از کودک بپرسید « کجات بریده؟ »

« من این را کجا بگذارم » کودکان را مجبور کنید تا قسمت های

مختلف بدن را نام ببرد و یک نوار روی هر قسمت قرار دهید.

شما می توانید نوار را در طی حمام با شستشو ببرید. این بازی

همچنین با یک عروسک یا حیوان پارچه ای قابل اجرا می باشد.

کنار گذاشتن

در هنگام جمع کردن سفره غذا بعد از رفتن به پارک یا بعد از

اشیاء

تعمیر وسیله ای داخل منزل، از کودک برای جمع آوری وسایل

یا ظروف کمک بخواهید: به او بگوئید « کره را در یخچال بگذار »

یا « خاک انداز را در سطل بگذار ». با دادن تعدادی دستور ساده،

نظیر « نمکدان را در کشوی پایینی بگذار » و کلماتی نظیر

«بالا» و «پایین» را بکار ببرید.

چه چیزی در

در هنگام خواندن این کتاب ها یا مجلات، از کودک بخواهید آنچه

جریان است

را که در عکس در حال اتفاق افتادن است به شما بگوید « نی نی

چکار می کنه؟ » « سگ در حال انجام چه کاری است؟ » سپس به

داستان جالب او با دقت گوش فرا دهید.

نام شما چیست؟

زمانی که به او سلام می کنید، طوری وانمود کنید که گویی

نمی دانید او کیست. بگوئید سلام، پسر کوچولو، نام شما

چیست؟ زمانی که به شما نام خود را می گوید، با شادی شگفت

آوری به او سلام کنید « آه تو پسر کوچولوی من هستی! من از

دیدن شما بسیار خوشحال هستم! »

حرکت درشت

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۳۰ تا ۳۶ ماهه)

کودکتان در حال تقویت مهارت هایی است که مستلزم بکار گیری عضلات پاها و دست ها می باشد. او با کار کردن با عضلاتش باعث نیرومندی، انعطاف پذیری بیشتر، هماهنگی بیشتر و سریع تر این عضلات می شود. او می تواند یک توپ فوتبال پلاستیکی را بگیرد. کمتر از نیم متر بپرد. در حال دویدن با عبور از موانع سر راهش چرخش های سریعی در اطراف یک گوشه انجام دهد.

بر فراز رودخانه هنگام بازی کردن در بیرون، یک حوله کوچک یا قطعه ای از لباسی که حدوداً نیم متر پهنا دارد روی علف ها قرار دهید. این یک رودخانه می باشد. کودک را تشویق کنید بدود و از روی رودخانه فرضی بدون خیس شدن بپرد. همانطور که کودکان توانا می شود حوله را بازتر کنید طوری که رودخانه پهن تر شود.

پا زدن به بادکنک اجازه دهید کودک از یک طرف اتاق به طرف دیگر با پا به بادکنک لگد بزند و یک جعبه را به عنوان دروازه بگذارید و از او بخواهید بادکنک را به درون جعبه هدایت کند.

راه رفتن مثل

به کودکان نشان دهید چطوری مثل حیوانات مختلف راه رود:

حیوانات

مثل یک اردک چمپاته زدن، چهار دست و پا رفتن مثل یک گربه خزیدن مثل مار یا کرم. او را تشویق کنید وانمود کند این حیوانات می باشد و صداهایی مثل آنها درآورد. جلو بیایید. گربه را صدا کنید « بیا اینجا پیشی پیشی ». روی یک پا تعادل را حفظ کنید مثل فلامینگو.

راه رفتن از پاشنه

به کودکان نحوه راه رفتن از پاشنه تا پنجه را با بکارگیری یک خط روی پیاده رو و یا طول طناب لباس شویی روی زمین نشان دهید. به وی نشان دهید چگونه با دراز کردن بازوانش تعادل خود را حفظ کند.

بسکتبال

یک سبد لباس شویی خالی را روی زمین مقابل یک دیوار خالی قرار دهید. به کودکان یک توپ نرم که در حدود ۱۰ سانتی متر اندازه دارد بدهید. یک طناب یا قطعه ای از نوار را روی کف زمین به عنوان خط پرتاب بگذارید و به کودکان نشان دهید نحوه پرتاب کردن توپ از پایین به بالا را به نحوی که توپ در سبد قرار بگیرد. در شروع، از سبد حدود ۱۲۰ سانتی متر فاصله داشته باشید. همانطور که کودکان بهتر عمل می کند فاصله را بیشتر کنید.

دنبال کردن

حباب ها

در یک روز با صفا، در حالی که در بیرون مشغول بازی هستید،
در حباب ها بدمید و از کودکتان بخواهید دستانش را به هم بزنند
و آنها را بترکانند. به سمت بالا فوت کنید طوری که کودکتان به
سمت بالا بپرد. آنقدر فوت کنید که حباب ها از شما دور شوند و
نیاز باشد که مسیری را ادامه دهید. تمام حباب ها را با دست
زدن بهم بترکانید ابتدا حباب های بزرگ و حالا تمام حباب های
کوچک را. تا وقتی که هر دوی شما از این بازی لذت می برید
ادامه دهید. زمانی که این کار را انجام دادید دستان صابونی
خود را بشوئید!

حرکت ریز

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۳۰ تا ۳۶ ماهه)

کودکتان در حال یاد گرفتن نگه داشتن قلم ها، مداد رنگی ها و نشان گذارها با انگشت شست و دو انگشتش درست مثل افراد بزرگسال می باشد او باز و بسته کردن قیچی را یاد گرفته است و می تواند در زمانی که کاغذ را نگه داشته اید آن را قیچی کند. او می تواند به راحتی مهره ها را به نخ بکشد و می تواند با معماهای چهار یا پنج قطعه ای کار کند.

معماهای جالب

قسمت های جلویی قوطی حبوبات مورد علاقه کودکان را جدا کنید. حالا این را به چهار یا پنج قطعه معما برش دهید. کودکان از قرار دادن این معمای ساده در کنار یکدیگر سرگرم خواهد شد و ممکن است در ابتدا کمی کمک احتیاج داشته باشد.

از من تقلید کن

نحوه ایجاد خط ها و دایره ها را به کودکان نشان دهید. شما ممکن است همچنین اشکال ساده را امتحان کنید. دایره ها و خطوط مستقیم برای کودکان آسان ترین ها خواهند بود. هنگام اجرای این بازی، کودکان ممکن است بخواهد نوشتن حروف اول اسمش را یاد بگیرد. ادامه دادن آن سرگرم کننده خواهد بود. هر تلاشی که در جهت نوشتن یک حرف صورت می گیرد

را تقدیر کنید حتی اگر آن زیاد شبیه یک چیز واقعی به نظر
نرسد.

انتقال اجسام با

قند گیر

یک قند گیر (انبر) کوچک آشپزخانه یا یخ گیر به کودکان بدهید.
ببینید آیا او می تواند توپ های نخی را از یک ظرف به ظرف
دیگر حرکت دهد. سپس چیز سنگین تری را امتحان کنید نظیر
گیره ها، قرقره ها یا سنگ های کوچک.

مکانیک کوچک

پیچ های بزرگ، مهره ها و حتی واشر ها را جمع آوری کنید.
کودکتان از تطبیق دادن پیچ ها با مهره ها و پیچ دادن آنها در
یکدیگر لذت خواهد برد. کودکان را تماشا کنید تا اطمینان یابید
که او هیچ چیزی را در دهانش نمی گذارد.

مهره ساز کوچک

با پیچ های بزرگ، مهره ها، لوله های بزرگ رشته فرنگی،
ماکارونی، ریگاتونی (رشته فرنگی لوله لوله و کوتاه) یا
حبوبات حلقه ای شکل بزرگ سرگرمی داشته باشید. مطمئن
شوید که نخ، بند کفش یا طناب مورد استفاده کودکان انتهای
سفتی دارد. نواری در اطراف انتهای نخ بپیچید تا مهره انداختن
آسان شود. بگذارید کودکان یک گردنبند برای خودش و یکی
برای شما درست کند. چه توجهی!

حباب های روی

کاغذ

اجازه دهید کودکان برای کشیدن حباب ها در کاغذ از مداد
رنگی قابل شستشو استفاده کند. نحوه کشیدن حباب های
بزرگ و حباب های کوچک، حباب های ارغوانی و حباب های
سبز را به او نشان دهید. اجازه بدهید او به تعدادی که خودش
می خواهد بکشد. حالا که او حباب های زیادی را کشیده است،
شاید زمان آن باشد که تعدادی حباب واقعی را فوت کند!

حل مسئله

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۳۰ تا ۳۶ ماهه)

کودکتان می تواند متوجه شباهت ها و تفاوت های بین اشیاء مختلف شود. او بلندی و کوتاهی، کمی و زیادی و اینکه کدامیک از قاشق های آشپزخانه بزرگ تر می باشد را می داند. با کمک شما او می تواند سه چیز با اندازه های مختلف را از کوچک به بزرگ به ترتیب بچیند. وانمود کنید که بازی هنوز خیلی مهم است و برای هر دوی شما سرگرمی می باشد!

این چیست؟

بعد از بردن کودکان به حمام او را در حالت نشسته یا ایستاده در جلوی یک آئینه قرار دهید. با یک حوله، بخش های مختلف بدنش را خشک کنید. در حال خشک کردن موهایش (با لبخند و وانمود کردن حیرت) بپرسید: (این شیء چه چیزی است؟) در حال خشک کردن شانه هایش بپرسید (این شیء چیست؟) در حین خشک کردن دنده هایش بپرسید (این چیزهای استخوانی چه چیزی هستند؟) با غلغلک دادن، نوازش کردن و آموزش اسامی بخش های بدن با یکدیگر سرگرم باشید.

مقلد ماشین ها

چهار تا پنج تا از ماشین های کوچک یا اشیاء دیگر را در یک ردیف به خط کنید. مطمئن شوید که کودکان آنچه را که شما

انجام دادید می بیند. به کودکان تعدادی شیء برای به خط کردن آنها در یک ردیف همانطور که شما انجام دادید بدهید. می توانید اشیاء مختلفی را در یک خط قرار دهید نظیر بلوک ها و یا قاشق ها. حتی اگر کودکان این کار را دقیقاً مثل شما انجام ندهد، به او کمک کنید. بگوئید « ببین، آدم قرمز پهلوی آدم زرد است » سپس کودکان را برای بازی کردن تشویق و تحسین کنید. « شما یک به صف کننده خوب هستید ».

بزرگ و کوچک

به کودکان دو اقلامی که از نظر اندازه متفاوت هستند را نشان دهید نظیر کفش ها، فنجان ها، یا قاشق ها. از او بخواهید به اندازه بزرگتر و بعد اندازه کوچکتر اشاره کند. شما می توانید بازی بزرگ و کوچک را با اشیاء زیادی نظیر سنگ ها، برگ ها و ماشین ها خصوصاً در پارک انجام دهید. این بازی را در هر جای خانه یا در یک سوپر مارکت با سبزیجات، جعبه ها یا قوطی های کنسرو انجام دهید. کالاهایی با اندازه متوسط را اضافه کنید و بازی را به اندازه بزرگ و کوچک و متوسط تغییر دهید.

داستان را به من

به کودکان تعدادی کاغذ پهن و چند مداد رنگی قابل شستشو

بگو

برای ترسیم کردن بدهید. زمانی که کودکان کارش را تمام کرد در مورد آنچه که کشیده از او سؤال کنید. داستان را روی کاغذ کودکان بنویسید. نام او را یادداشت کنید. به او بگوئید این داستان دوست و این نام دوست. داستان را برای مادر بزرگ یا فرد مهم دیگری بخوانید.

خواندن حوالی

همانطور که شما راه می روید یا در حوالی منزلتان رانندگی می کنید، تابلوهایی نظیر تابلوی زرد رنگ بزرگ ایستگاه اتوبوس را نشان دهید. تابلو ایست را به او نشان دهید و آنچه را که بیان می کند را به او بگوئید (دفعه بعد که با او بیرون رفتید، از او بخواهید که تابلوها را با شما بخواند).

صداها

در زمانی که شما در ماشین یا اتوبوس هستید تقلید صداها

ساده لوحانه

ساده لوحانه را با کودکان بازی کنید. برای مثال به او بگوئید

« بیم، زیم، زوپ » یا عبارت ساده لوحانه ای دیگر، ببینید آیا کودکان می تواند از شما تقلید کند. بگذارید کودکان عبارت ساده لوحانه بسازد و شما از او تقلید کنید.

شخصی اجتماعی

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۳۰ تا ۳۶ ماهه)

کودکتان در تأمین نیازهای شخصی اش در حال مستقل شدن می باشد. اما او هنوز به بغل کردن های شما و اطمینان آفرینی تان نیاز دارد. معمولاً او می تواند در محیط های آشنا از شما جدا شود. او می تواند از قواننی ساده با کودکان دیگر لذت می برد و به انجام شان مباحثات می کند. زمانی که شما رفتار مثبتی را ذکر می کنید نظیر مفید بودن او، دنبال کردن یک قانون یا انجام کاری برای خودش، او با غرور پاسخ خواهد داد.

اجازه دهید کودکان با پیمانه کردن، ریختن، بهم زدن، بریدن (با	دستیار در
ابزار برش کلوچه یا چاقوهای پلاستیکی) و جدا کردن	آشپزخانه
سبزیجات سالاد در زمینه آشپزی به شما کمک کند. اینها	
فعالیت هایی واقعی هستند که به خانواده کمک می کند به او بگوید	
« به خاطر کمکت ازت متشکرم ».	

به کودکان نحوه گذاشتن زباله را در ظرف زباله را نشان دهید.	جمع کننده برتر
اگر کودکان کاغذی را به زمین انداخت، از او بخواهید که آن را	
بردارد و در ظرف آشغال بگذارد. او ممکن است از کمک کردن	
به شما لذت ببرد با گذاشتن آشغال ها در بیرون برای اینکه	
کامیون زباله آن را بردارد. به کودکان نشان دهید که چقدر	

حفظ تمیزی در جهان مهم است. در این مورد که اگر مردم
آشغال ها را بر ندارند چه اتفاقی خواهد افتاد حرف بزنید.

زیبایی شستشو

کودک شما از شستن خودش در وان حمام لذت خواهد برد. به
او نشان دهید که چطور از لیف حمام و صابون استفاده کند.
اجازه دهید کودکتان بداند که در حال انجام کار خوبی است.
سپس به کودکتان یک حوله دهید به نحوی که او بتواند خود را
خشک کند. با کودکتان تفریح داشته باشید. بگوئید « این پسر
کوچک تمیزمان چه کسی است؟ ».

نامیدن احساسات

کمک کنید با کودکتان احساسات را بفهمید به وسیله ذکر کردن
آنها و دادن نام شان. بچه ها نیاز هست یاد بگیرند که احساسات
تغییر می کنند و دیگران هم احساسات دارند. بگوئید « من می
توانم بگویم که هیجان زده شده ای زیرا روز تولدت است! » از
بکار بردن لغات بزرگ نترسید.

راننده برتر

یک مسیر مانع در راه ورودی یا حیاط ایجاد کنید. اجازه دهید
راننده کوچک تان یک گاری را هل دهد یا یک واگن را بکشد با
هدایت کردن دور تا دور یک جعبه یا یک گلدان یا روی یک لوله
خرطومی. در خط پایان یک بغل کردن بزرگ وجود دارد.

نگاه به شما

شروع کنید به ایجاد یک صندوق لباس های ویژه برای کودکان.

صندوق خانه تان را مرور کنید و به جای از بین بردن لباس

های کهنه تان، بعضی از آنها را در یک جعبه برای کودکان

برای بازی کردن با آنها بگذارید. کیف های قدیمی، کیف جیبی،

کلاه ها، کراوات ها، کفش ها، کمربندها و گردنبندها سرگرمی

هستند. اجازه بدید بچه تان آنها را بپوشد و بعد بگذارید در آئینه

نگاه کند دوربین تان را آماده کنید.