

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان

(۵۴ تا ۶۰ ماهه)

ارتباطات

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۵۴ تا ۶۰ ماهه)

مهارت های ارتباطی کودکان رو به رشد و شکوفایی است او در حال یادگیری این امر است که چطور با افرادی که نمی شناسد مکالمه داشته باشد و با پاسخ دادن به پرسش های دیگران می تواند گفتگو را شروع کند. او در حال یادگیری اجزاء مختلف گفتار می باشد و جملات پیچیده تری را به کار می برد. برای مثال ممکن است بگوید « آن یک سنگ قهوه ای خیلی بزرگ بود ». او ممکن است زبان خیلی ساده ای را به کار ببرد و به جوک های خود بخندد.

حدس زدن	این یک بازی است که تمام افراد خانواده می توانند آن را بازی
حيوانات	کنند چند تا عکس حیوانات را از مجله جدا کنید عکس ها را پشت و رو کنید و اجازه دهید در هر زمان یک نفر یک عکس را انتخاب نماید افراد دیگر با پرسیدن سئوالاتی که پاسخشان بله یا خیر می باشد سعی می کنند حدس بزنند حیوان چیست. « آیا حیوان شناگر است؟ » زمانی که یک نفر حیوان را به طور صحیح حدس زد نوبت شخص دیگر است که یک برگه حیوان را انتخاب کند اجازه دهید دیگران آن را حدس بزنند.

خاطرات زمان

زمانی که هر شب موقع خواب فرا می رسد گفتگوی آرامی با

خواب

کودک داشته باشید، با او نجوا کنید « چیز مورد علاقه تو که

امروز اتفاق افتاد چی بود؟ » شما هم رویداد مورد علاقه تان را

بگوئید.

خواندن ماجراها

هر روز برای کودکان داستانی بخوانید با علاقه و به آرامی

بخوانید. برای تعقیب کلمات از انگشت خود استفاده کنید گاه

گاهی خواندن را متوقف کنید و کودکان را تشویق کنید درباره

عکسها و داستان صحبت کند با این کار برای خودتان و

کودکتان زمان تفریحی بسازید.

پرتو ماه

در یک شب زمانی که ماه قابل مشاهده است جایی پیدا کنید تا

روی آن دراز بکشید با کودکان بیرون بنشینید و به ماه و

ستاره ها نگاه کنید: " چه چیزی می بینی؟ آیا می توانی برای

درست کردن یک تصویر ستاره ها را به هم متصل کنی؟ آیا

می توانی چهره ای روی ماه تشخیص دهی؟ فکر فضانورد

هستی با یک فضاپیما در فضا در حال پرواز هستی. فکر می کنی

روی ماه شبیه چه چیزی باشد؟ در آنجا یک کاری انجام می

دهی؟ فکر می کنی حدوداً چه فاصله ای با زمین داری؟ "

شعرهای قافیه دار

در حال سر و صدا و خواندن شعر مهد کودک، کودکان را

و شعرهای

مجبور کنید آهسته روی طبل، ته یک قابلمه، یا قوطی کنسرو

موزون

خالی یا یک دبه پلاستیکی ضربه بزنند. این فعالیت موسیقی

می تواند با اضافه کردن ابزارهای جدیدی نظیر زنگها، قاشقها یا

لرزاننده ها و ظروف پلاستیکی کوچک که با تپله یا شن پر شده

است جالب تر شود. با دوستانتان سر گرمی پر سر و صدا

داشته باشید.

بازی شبیه محیط

با دفترچه های یادداشت یک تلفن اسباب بازی، کیبورد کامپیوتر

اداره

خودکارها، و مدادها، ماشین حساب و یک تقویم اداره کوچکی

برای کودکان بر پا کنید تعدادی پاکت، کاغذ و برچسب اضافه

کنید او را وادار کنید وانمود کند به سر کار می رود نامه ها را

می نویسد پیغام ها را تایپ می کند و یادداشتهایی برای

دوستان قرار می دهد، وانمود کنید که به او تلفن زده اید و

سئوال هایی از او دارید.

حرکت درشت

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۵۴ تا ۶۰ ماهه)

کودک در بکار گرفتن مهارت های ظریف از انگشتان دستها و حرکات پاها ماهرتر شده است. و یاد می گیرد که چطور روی یک پا تعادلش را حفظ کند، یا در یک مسیر باریک راه برود. او در حال یادگیری نظیر پریدن، لی لی کردن روی یک پا و جست و خیز کردن می باشد. او از فعالیت هایی نظیر پرتاب کردن، گرفتن از هوا و ضربه زدن به توپ لذت خواهد برد. او می تواند یک دوچرخه را براند.

تفریح پاییز در

کودکتان را بیرون ببرید تا با برگ های پاییزی بازی کند. برگها را با چنگک به شکل کپه های کوچکی جمع آوری کنید. همدیگر را دور کپه های برگ دنبال کنید. در کپه های برگ بپرید یا سعی کنید از روی آنها پرش کنید. سعی کنید همدیگر را در زیر برگها بپوشانید یا برگ ها را همانطور که در حال سقوط هستند در هوا بگیرید.

منجمد شدن

یک گروه از بچه ها را به همراه کودکان برای بازی یخ بستن با لمس شدن جمع کنید. یک نفر « جستجوگر » تعیین کنید. شخصی که « جستجوگر » است در اطراف می چرخد تا به کودکان دیگر دست بزند. اگر به کودکی دست زد، آن کودک باید در همان حال ثابت و بدون حرکت « یخ » بماند. کودک دیگری که

لمسی

جستجوگر نیست با دست زدن به بازیکن یخ بسته باعث «ذوب شدن» او می شود. بازیکن « ذوب شده » می تواند دوباره برای اجتناب از گرفته شدن به اطراف فرار کند. هر کسی که سه بار باعث «ذوب شدن» دیگری بشود «جستجوگر» بعدی است.

بازی شلپ شلپ

این بازی برای یک روز گرم خوب است. شما، کودکان و دوستان کودکان می توانید به نوبت اطراف سطلی از آب بایستید. با پرتاب یک توپ بزرگ در سطل آب سعی کنید که همدیگر را خیس کنید. توپ را به همدیگر پرت نکنید فقط در آب پرت کنید. شما می توانید همچنین گرفتن توپ در هوا را بازی کنید. البته، بعداً همه تان می توانید به درون استخر بروید!

رقص روبان

قطعه ای از یک روبان یا یک پرچم خوش رنگ و باریک را که در حدود ۲ سانتی متر عرض دارد ببرید. کودک شما می تواند روش هایی برای ایجاد طرح هایی در هوا جستجو کند. دایره ها و حلقه ها و حرکات بالا و پایین و شکل ۸ را امتحان کنید. حالا سعی کنید همه این حرکات را با دو روبان انجام دهید، هر کدام در یک دست. سرانجام، با حرکت از یک مکان به مکان دیگر با بردن روبان ها با خودتان. از موزیک برای « رقص روبان » استفاده کنید. سعی کنید جست و خیز کنید، بدوید و راه بروید.

تقلید حیوانات

عکس هایی از حیوانات را از یک مجله جدا کنید. یک حیوان را از میان آن انتخاب کنید. شما باید ادای حیوانی را که انتخاب کرده اید را در آورید و کودکان حدس بزنند شما چه حیوانی هستید. بعد نوبت ها عوض می شود و کودکان برای شما ادای حیوانی را در می آورد و شما باید آن حیوان را حدس بزنید برای مثال اگر شما یک کانگورو کشیده اید، شما باید بپرید، بپرید، بپرید. اگر شما یک یوزپلنگ وحشی را انتخاب کرده اید، شما مکن است آرام بوده و پنجه هایتان را لیس بزنید یا برای گرفتن یک موش خیز بردارید. شما ممکن است با راه رفتن روی نوک پنجه و کشیدن قدامتادای یک زرافه را در بیاورید.

حرکت ریز

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۵۴ تا ۶۰ ماهه)

کودک حالا از انگشتانش به صورت کنترل شده ای استفاده می کند. حرکات انگشتش سریع تر و هماهنگ تر شده اند و ممکن است خیلی علاقه مند به نوشتن حروف اسمش باشد. در این دوره خیلی از کودکان شروع می کنند به ترجیح دادن استفاده زیاد از یک دست. کودکان ممکن است با قیچی شکل هایی را جدا کند و در بستن دکمه ها و گره زدن بند کفشش بهتر عمل می کند.

کارتهای شبکه ای

با استفاده از قیچی ایمن کودک تصاویر ساده ای از اشیاء

(توری)

آشنای مجلات جدا کند و عکس ها را به مقوا بچسباند. با یک

کاغذ سوراخ کن سوراخهایی را در حاشیه بیرونی عکس ایجاد

کنید. یک بند کفش یا نخ را از بین یک سوراخ گره بزنید.

مطمئن شوید انتهای دیگر نخ با نوار در اطراف آن پیچیده شده

است تا نوک آن را محکم نگه دارد. کودکان می تواند داخل یا

خارج لبه کارت را بدوزد برای تغییر کودکان را وادار کنید تا

دو تا کارت را به هم بدوزد.

سرگرمی پیاده رو

پیاده روتان را با گچ های رنگی زیبا تزئین کنید گچ های رنگی

می توانند در هر مغازه اسباب بازی و سوپر مارکتی پیدا شوند.

پاک کردن پیاده رو از گچ خیلی آسان است یا باران آن را

شستشو خواهد داد. فراموش نکنید به کودکان یادآوری کنید که اسمش را امضاء کند.

پیچیدن

به کودکان یک قوطی محکم کوچک تعدادی روزنامه یا کاغذ بسته بندی، نوار و روبان بدهید اجازه دهید پیچیدن و بسته بندی را تمرین کند. بعداً او می تواند به طریقه خاص خودش یک هدیه واقعی را بسته بندی کند.

نقاشی کردن

کودکتان را تشویق کنید تا عکسی از خانواده بکشد زمانی که این کار را انجام داد از او بخواهید تا در مورد تصویر برای شما صحبت کند. شما می توانید آنچه را که در مورد خواهر برادرانش، والدینش، حیوانات اهلی، پدر بزرگ یا مادر بزرگ می گوید بنویسید و پاسخ را به همراه عکس نگهداری کنید.

خانواده

ترسیم کردن آن

شما و کودکان می توانید یک نقشه از همسایگان تان درست کنید برای شروع این کار به پیاده روی بروید و به خیابان ها، ساختمان ها و پارکهای مجاور یا نشان های رمزی دیگر اشاره کنید. سپس بعد از پیاده روی از قلم و کاغذ استفاده کنید و کودکان را تشویق کنید تا یک نقشه از آنچه را که به یاد می آورد بکشند. ممکن است نیاز باشد در شروع نقشه به او کمک کنید. اگر این کار سخت است از نقشه برداری کردن خانه

خودتان یا اتاق خودش شروع کنید از کودکان بپرسید

«تختخواب کجاست؟» «جعبه اسباب بازیست چطور؟»

حل مسئله

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۵۴ تا ۶۰ ماهه)

کودکتان ممکن است از حفظ تا ۱۵ بشمارد و بطور صحیح ۱۰ شی را بشمارد. زمانی که او در فعالیت گروهی می باشد قادر است دستورالعمل ها را پی گیری کند و قوانین خانه و مدرسه را می داند. او از بازی خیالی لذت می برد. ممکن است نقش های مختلفی را با دوستانش اجرا کند. داستان های مربوط به جنگل و گزافه گویی معمول هستند. او از کتاب های خواندنی « لذت » می برد و ممکن است کتاب های ساده را به آسانی حفظ کند. چگونگی کار دستگاه ها و اشیای ساده را می فهمد و بی نهایت کنجکاو است.

پیتزا یا

خمیر پیتزا یا خمیر شیرینی یا آرد را به صورت حروف یا اعداد

حلوا سازی

بسازید. روی آن تخم مرغ بهم زده شده بمالید. اندکی نمک روی

آن بپاشید و تا زمانی که رنگ آن به شکل قهوه ای طلایی در آید

آن را بپزید. حرف الف. ب. یا حتی پ را بخورید!

رنگ کردن

بیشتر کودکان عاشق تجربه رنگ کردن غذا می باشند. بگذارید

غذا

کودکتان غذایش را رنگ بزند. اینجا چند ایده وجود دارد:

رنگارنگ کردن تخم مرغ های املت، رنگ زدن یک لیوان شیر،

اضافه کردن یک قطره رنگ به قطعه ای از سیب یا به تکه ای از

نان قبل از برشته کردن، رنگ زدن سیب زمینی های خرد شده.

از کودکان بخواهید به ایده های دیگری فکر کند.

تا کی؟ چه

حساب کنید تا کی کودکان می تواند یک مهارت جدید را انجام

تعداد؟

دهد مهارت هایی نظیر ایستادن روی یک پا یا اینکه او چند بار می تواند یک توپ را به زمین بزند. هر بار که او توانست یک مهارت جدید را به مدت زمان بیشتری انجام دهد جشن بگیرید. زمانی که سعی می کنید کاری را انجام دهید بگذارید او بشمارد نظیر متعادل نگه داشتن یک کتاب روی سرتان. این کار در تمرین کردن مهارت های جدید و شمارش به کودک کمک می کند.

زمان قصه

داستانی را برای کودکان بخوانید. از صداها، جلوه های بدنی و جلوه های صورت متفاوت برای شخصیت های مختلف استفاده کنید. حالا نوبت کودک شماست که داستانی را بگوید. فراموش نکنید که شنونده قدردانی باشید.

چه چیزی گم

پنج یا بیش از پنج اسباب بازی مختلف را در معرض دید قرار

شده است؟

دهید و به کودکان زمانی بدهید تا به همه آنها نگاه کند. حالا در یک فرصت، یک اسباب بازی را پنهان کنید. ببینید چقدر طول می کشد تا کودکان کشف کند کدام اسباب بازی گم شده است. شما ممکن است نیاز داشته باشید در وهله اول سر نخ هایی به او بدهید. به محض اینکه او حدس زد کدام اسباب بازی گم شده

است یک اسباب بازی متفاوتی را پنهان کنید. حالا نوبت اوست

که سعی کند شما را فریب دهد!

گنج را

این فعالیت خیلی زود طرح ریزی می شود. گنجی را (یک غذای

پیدا کن

دلخواه، یک کیف کوچک از جواهرات کهنه، یک اسباب بازی

جدید) پنهان کنید. نقشه ای از تمام مکان هایی که کودکان برای

رسیدن به گنج به آن نیاز دارد درست کنید. (تلویزیون، صندوق

پستی). مطمئن شوید نقشه ای که می کشید ساده و واضح

باشد. هر سر نخ باید کودکان را به مکانی که سر نخ را در آنجا

خواهد یافت هدایت کند تا اینکه سرانجام او، گنج را پیدا کند.

شخصی اجتماعی

تمرین هایی برای رشد و یادگیری کودکان (۵۴ تا ۶۰ ماهه)

کودکتان قادر است بیشتر نیازهای شخصی اش را برآورده کند اما ممکن است در بخش های سخت یک وظیفه مانند بستن بند کفش نیاز به تمرین و یا کمک داشته باشد. او غذاهای متنوعی را می خورد. مهارت های ناهار خوردن در اجتماع را دارد و خودش لباس می پوشد او از بازی کردن با کودکان دیگر و همکاری با آنها در انجام یک نقشه لذت می برد. او درحال استفاده از لغات برای کمک به حل تضادها و تعارض های خود با دوستانش می باشد.

تاریخی را با کودکان مشخص کنید برای ناهار یا برای دیدن

ادامه دادن

یک فیلم سینمایی بیرون بروید. قبل از اینکه به بیرون بروید شما

یک روز خاص

و کودکان آماده شوید او می تواند پیراهن یا شلوار خاصی را

پوشیده دست و صورتش را بشوید، به دستشویی برود، و

دندان هایش را مسواک بزند. به او یک آینه دهید تا ببیند چقدر

خوب به نظر می رسد. حالا می توانید تفریح داشته باشید! فوق

العاده مؤدب و با نزاکت باشید. در تمام روز از واژه های «لطفاً»

و «از شما متشکرم» استفاده کنید.

برای ناهار یک سالاد میوه درست کنید از تمام میوه های مورد

سالاد میوه

علاقه استفاده کنید نظری انگور، موز، پرتقال. کودکان از

شستن، پوست گرفتن و خالی کردن آنها در یک کاسه لذت

خواهد برد. او می تواند حتی در بریدن قطعه ای از یک میوه نرم مانند یک موز با بکارگیری چاقوی پلاستیکی کمک کند. به سالاد چیزهایی اضافه کنید که به نظر خوش مزه برسد نظیر ماست یا گردو و نعنا. کودکان می تواند استفاده کردن از قاشق و چنگال را تمرین کند همانطور که از سالاد استفاده می کند.

گل‌هایی از حیاط تان، حوالی منزلتان، پارک یا کناره جاده جمع

کارت‌هایی

آوری کنید گل‌هایی که لطیف و کوچک هستند مناسبند و به

از گل‌های

خوبی فشرده می شوند. همین که گل‌هایتان را جمع آوری کردید آنها را در بین برگه‌های دستمال کاغذی یا روزنامه بگذارید و آنها را در بین کتاب‌های سنگین قرار دهید (نظیر کتاب‌های تلفن). بعد از چند روز گل‌های خشک شده را بردارید. این گل‌ها را روی قطعه ای از کاغذ بچسبانید. به کودکان کمک کنید یادداشت‌های خاص برای کسی زیر آنها بنویسد و آنها را هدیه دهد.

فشرده شده

با کودکان صحبت کنید اگر او گم شد یا اگر یک وضعیت اضطراری در خانه پیش آمد او باید چه کار کند. کودکان می تواند یاد بگیرد چطور با ۱۱۰ تماس بگیرد و اطلاعاتی به متصدی بدهد. شما می توانید با یک دستگاه تلفن اسباب بازی

این کار را با کودکان تمرین کنید اما به کودکان آموزش دهید در یک موقعیت اضطراری واقعی باید از یک تلفن واقعی استفاده شود. به کودکان اسمش، آدرسش و شماره تلفن اش را یاد بدهید. اگر او این اطلاعات را به صورت یک آهنگ یاد بگیرد کمک کننده تر است. وانمود کنید که شما یک افسر پلیس هستید و کودکان هم می تواند وانمود کند نیاز به کمک دارد.

همه به وسیله

مطمئن شوید اگر کودکان در صبح مقداری وقت اضافی برای لباس پوشیدن دارد. بعد او را تشویق کنید سعی کند دکمه های پیراهنش را ببندد. گیره (قزن) شلوارش را ببندد یا کفش های خود را گره بزند. او ممکن است به مقداری کمک و مقداری زمان احتیاج داشته باشد. اما صبور باشید هر چقدر که بیشتر تمرین کند در پوشیدن لباس هایش تماماً به وسیله خود توانا تر خواهد شد.

خودم

شما و کودکان می توانید بخشی از روز نقش های خود را

شما به عنوان

جا به جا کنید او می تواند وانمود کند شما باشد و در پوشیدن

من، من به

لباس و مسواک زدن به دندان هایتان به شما کمک کند شما

عنوان شما

می توانید وانمود کنید در حاضر شدن به کمک نیاز دارید تغییر

می تواند این موارد را شامل شود: وظایف، لباس ها، رفتارها،

واژگان، و عادت های دیگر. فعالیت سرگرم کننده را ادامه دهید.