



فعالتهایی برای کودکان ۸-۱۲ ماهه

فرزندتان شروع به استفاده از انگشت سبابه اش برای انگلک کردن خواهد کرد. اجازه دهید فرزندتان یک تلفن اسباب بازی یا جعبه اسباب بازی انگلک کند. هنگامی که فرزندتان قسمتهای مختلف صورتتان را با انگشتش لمس میکند نام آن قسمتها را برایش بگویید.

آئینه ها برای این گروه سنی هیجان انگیز میباشند. اجازه دهید فرزندتان تصویری خودش در آینه را لمس کرده و با انگشت نشان دهد. در جلو آینه با همدیگر شکلک در بیاورید و لبخند بزنید.

یک سرگرمی خوب گذاشتن اشیاء داخل و خارج از ظرفش است. به او یک ظرف پلاستیکی (ظرف ماست) که از دانه های درشت یا بلوک پر شده است بدهید. فرزندتان احتمالاً از گذاشتن جورابها داخل و خارج از کشو جوراب یا برداشتن و گذاشتن کارتونها کوچک در داخل یا بیرون قفسه ها لذت خواهد برد.

موقع ورود به اتاق به فرزندتان سلام کنید و دستهایتان را تکان دهید و او را به تقلید کردن از این رفتار تشویق نمایید. به کودکان در تکان دادن دستهایش برای سلام به دیگران کمک کنید. تکان دادن دست برای سلام دادن و بای بای کردن از ژست های اولیه ارتباطی هستند.



شما میتوانید با بردن یک سوراخ گرد داخل بطری پلاستیکی یک اسباب بازی ساده درست کنید. به فرزندتان گیره های چوبی لباس یا توپها پینگ پونگ بدهید که به داخل سوراخ بیاندازد.

با گذاشتن توپهای پینگ پنگ یا بلوکهای بازی داخل چاله های یک شانه مقوایی تخم مرغ یا حفره های سینی شیرینی پزی یک پازل ساده برای کودکان درست کنید. به او نشان دهید که چگونه میتواند این کار را انجام دهد.



ترجمه و تهیه و تنظیم:

دکتر سیف اله حیدر آبادی، ناهیده حسنی خیابانی، سهیلا علافی

بر گرفته از بروشور آموزشی برای والدین از مرکز ایالتی تکامل کودکان - استرالیا



دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات بهداشتی درمانی تبریز
مدیریت سلامت جمعیت و خانواده مرکز بهداشت استان
معاونت بهداشت



تبریز، خیابان شهید بهشتی (منصور سابق)، روبروی خیابان دانشسرا
کوچه میرزارضا، کوچه دوم دست چپ، مرکز جامع رشد و تکامل کودکان
تلفن: ۰۴۱۳۳۳۷۷۴۳۰

بازیهای تقلیدی مثل دالی را بازی کنید. نشان دهید از تقلید فرزندتان از حرکات و صداها خوش میآید. بچه ها از اینکه دوباره و دوباره یک بازی را بارها انجام دهند لذت میبرند.

رادیو یا ضبط را روشن کنید و کودک را در حالت ایستاده نگه دارید و اجازه بدهید به بالا پپرد و برقصد. اگر کودکان با کمی حمایت میتواند بایستد دستهای کودکان را نگه داشته و مثل یک همبازی با او برقصید.

مکانها و اشیاء خاص جدید تجربیات خوبی برای کودکان میباشند، اما اینها میتوانند ترسناک نیز باشند. اجازه بدهید فرزندتان بسته به توان خود به ای تجربیات جدید نگاه کرده، گوش دهد و نزدیک شود. در این تجربیات به آرامی جلو بروید. فرزندتان به شما خواهد فهماند او چه وقت برای تجربیات بیشتر آمادگی دارد.



اجازه انتخاب به فرزندتان بدهید. دو اسباب بازی یا غذا را به او پیشنهاد کنید و ببینید کدامیک را برمیدارد. فرزندتان را برای رسانیدن خودش به آن شی و یا اشاره کردن به آن تشویق نمایید. کودکان دوست داشتن و یا دوست نداشتن خیلی واضح نشان میدهند.

فرزندتان بیشتر با صداهای مختلفی مثل لالا، و دادا بازی خواهد کرد. صدای فرزندتان را تکرار کنید. صدای جدیدی را افزوده و ببینید آیا کودکانتان تلاشی برای تکرار آن نشان میدهد. از تلاشهای اولیه کودکانتان جهت



برای فرزندتان کتابهای کودکانه یا مجله های رنگی بخوانید و آنچه در عکسها هست به او بگویید. بگذارید فرزندتان عکسهای کتاب را لمس کند.



یک جعبه بزرگ پیدا کنید که فرزندتان بتواند با خزیدن بداخل آن برود و خارج گردد. نزدیکش باشید و با او درباره آنچه انجام میدهد صحبت کنید مثلاً «تو داخل رفتی! حالا تو بیرون هستی»



اسباب بازیها را روی یک مبل یا میز محکم قرار دهید تا فرزندتان بتواند زمانی که با اسباب بازیها بازی میکند تمرین ایستادن را نیز انجام دهد.

فرزندتان به کوبیدن اشیاء به همدیگر، جهت به صدا در آوردن آنها علاقه مند خواهد گردید. به او وسایلی برای به هم کوبیدن بدهید (مثل جفجغه یا قاشقهای چوبی برای کوبیدن روی ظروف). به او نشان دهید که چگونه اشیاء را به هم بکوبد.

اجازه دهید فرزندتان خودش غذايش را بخورد. این موجب تمرین فرزندتان جهت برداشتن اشیاء کوچک (مثل نخودپخته) میگردد و همچنین موجب میشود تجربیاتی در باره قوام و بافت مواد از طریق دستها و دهانش است کسب کند. او به زودی قادر خواهد شد که همه غذايش را با انگشتانش بخورد.



توپ بازی کنید. یک توپ را به طـرف کودکانتان بغلتانید. به کودکانتان کمک کنید یاهمبازی داشته باشید که او به فرزندتان کمک کند که توپ را به سمت شما بغلتاند. فرزندتان حتی ممکن است توپ را پرتاب کند. توپ با سایز متوسط، سبک و نرم برای این کارها عالی هستند.

با اشیاء قایمباشک بازی کنید. بگذارید فرزندتان ببیند که شما یک شی را زیر پتو یا بالش پنهان میکنید. اگر فرزندتان اشیاء را پیدا نمی کند تنها بخششی از آن را بپوشانید. به او در پیدا کردن شی کمک کنید.

بازی کف زدن (دست دستی) را انجام دهید. یا شما دستهای او را بهم بزنید یا اگر خودش بلد است بنوبت این بازی را انجام دهید. منتظر شوید و ببینید آیا کودکانتان علائمی دال بر تمایل برای شروع مجدد بازی را

اجازه بدهید فرزندتان با پیمانه های اندازه گیری، فنجانهای دستهدار پلاستیکی و صافیهای پلاستیکی، اسفنجها و توبهای شناور در طشت حمام بازی کند. وقت حمام بهترین زمان یادگیری است.