

فعالیت‌های برای کودکان ۳۶ تا ۴۸ ماهه



بازی تطبیق را انجام دهید. دو سری ورق یا کارت بازی ۱۰ تایی که مشابه هستند را تهیه نمایید. ورق‌ها را رو به بالا بر روی زمین یا میز بچینید که کودک شما بتواند آنها را ببیند. سپس از کودک خود بخواهید که ورق‌ها یا کارتهای مشابه را جدا نماید. با دو سری عکس مشابه بازی را شروع کنید و بندریج تعداد آنها را بیشتر کنید.

قبل از خواب با هم به مجلات یا کتابهای کودکانه نگاه کنید. از کودکان بخواهید وقتی که شما اسامی تصاویر موجود در کتاب را میگویید، او به آنها اشاره کند. مثلاً «کامیون کجاست؟» خود را به مسخرگی بنزد و از او بخواهید که با آرنج و پاهایش به آن اشاره کند. از او بخواهید به شما چیزهایی که گرد هستند یا به سرعت حرکت میکنند را نشان دهد.

گیاه بکارید. به همراه کودکان دانه‌های که به سرعت جوانه می‌زنند (نخود، لوبیا) و یک لیوان کاغذی را انتخاب کنید. تقریباً تا لبه لیوان را با از خاک مرطوب پر کنید. دانه‌ها را در ۱ سانتیمتری زیر خاک قرار دهید، فنجان را پشت پنجره رو به آفتاب قرار دهید و کودکان را تشویق کنید که به آن آب دهد و رویش گیاه را تماشا نماید.

قطعات بزرگی از کاغذ یا مقوا را برای کودکان مهیا کنید تا او روی آن نقاشی کند. از مداد شمعی، مداد یا ماژیک استفاده کنید. «بازی نقاشی» کردن را انجام دهید و با کپی کردن هر آنچه که او میکشد او را دنبال کنید. بعد او را تشویق کنید تا آنچه را که شما میکشید کپی کند (مثل دایره یا خطوط مستقیم).



ترجمه و تهیه و تنظیم:

دکتر سیف اله حیدرآبادی، 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

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



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

با بردن و پاره کردن تکه‌های پارچه، لباسها یا پیراهنهای کهنه به تکه‌های بلند شالهای بلند و روسری درست کنید. از مواد سبک استفاده کنید. لبه شال را نگه داشته و آنرا به اطراف بچرخانید با آن بدوید و بپريد.

همراه کودکان به موزیک گوش دهید و برقصید. شما میتوانید موزیک را در یک لحظه متوقف کرده و بازی یخ زدن (ثابت ماندن) را انجام دهید. همه افراد این بازی را با ثابت ماندن و ایستادن کامل انجام دهند تا اینکه شما موزیک را دوباره شروع کنید. سعی کنید برای مزاح به شکل غیر طبیعی ثابت شوید.

با استفاده از بیسکویت‌ها یا پاستیل حلقه‌ای یا سایر خوراکی‌های با سایز کوچک که سوراخی در وسط آنها موجود است و یک قطعه نخ که یک انتهای آنرا بوسیله پیچانیدن یک تکه چسب نواری نوک تیز و سفت و مناسب برای نخ کردن بیسکویتها کرده اید، یک گردنبند قابل خوردن درست کنید.

وقتی که موقع خواب داستانی آشنا برای کودکان می‌خوانید یا می‌گوئید توقف کنید، یک لغت را جابجاء کنید و منتظر شوید تا کودکان جای خالی را حدث زده و پر کنند.



زمانی که کودکان پرنده ها را تماشا میکنند. از او بخواهید تعداد، اندازه، رنگ پرنده های مختلف را که می بیند بگوید.



یک کتاب “درباره خودم” برای کودکان درست کنید. عکسهای خانوادگی، عکسهای بریده شده مجلات درباره غذاهای مورد علاقه او و نقاشی هایش را جمع و نگهداری کنید. آنها را در یک آلبوم عکس بگذارید یا روی یک صفحه بچسبانید و با گیره کاغذ به هم وصل کرده و یک کتاب درست کنید.

چندین شیء را که برای کودک شما آشنا هستند بیرون بگذارید (برس، کت، موز، قاشق، کتاب). از کودک بخواهید به شما نشان دهد کدام یک را میتواند بخورد و یا کدامیک را بیرون از خانه می پوشید. به کودکان کمک کنید اشیاء را در گروه های شبیه هم قرار دهد. مثل چیزهایی که ما میخوریم و چیزهایی که ما میپوشیم.

درباره عدد ۳ با هم صحبت کنید داستانهایی که عدد ۳ در آنهاست بخوانید (سه بزبزی بداخلاق، سه خوک کوچولو، سه خرس). کودک را تشویق کنید که تا سه بشمارد (چیزهای مشابه مثل سنگها، کارتها، لگوها). درباره سن سه سالگی صحبت کنید. بعد از اینکه کودک مطلب را درک کرد به سمت اعداد بالاتر ۴ و ۵ و بعد تا آنجا که کودکان علاقه مند میباشد حرکت کنید.

در طی استحمام به او کمک کنید که بصورت بازی قسمتهای مختلف بدنش را بشناسد. مثلاً بگویید مهیار میگه که دست تو را بشویم و دست او را بشوید، بعداً بگویید “مهیار میگه پای تو را بشویم”. بعداً به کودکان اجازه دهید که خودش نقش مهیار را بگوید. یعنی او نام عضو را بگوید و خودش آن عضو را بشوید. به کودکان این شانس را بدهید که خودش همه اعضایش را بشوید.

چند دایره کاغذی بزرگ را بریده و آنها را به کودک نشان دهید. با کودکان در باره چیزهایی گرد در دنیای او صحبت کنید (مثل یک توپ، ماه). دایره را به دو نیم ببرید و از او بخواهید که او دوباره آن دایره را مثل اولش درست کند. بعد دایره را به سه و سپس قسمت های بیشتر ببرید و بخواهید که او دوباره دایره را درست کند.

زمانی که غذا میپزید یا شام میخورید، با او بازی “بیشتر یا کمتر” را انجام دهید. از او پرسید چه کسی سیب زمینی بیشتری دارد و چه کسی کمتر. این کار را با استفاده از لیوانهای مثل هم که با آب یا آبمیوه پر شده اند نیز میتوانید انجام دهید (چه کسی آبمیوه بیشتری دارد؟).



یک راهرو پر هیجان در بیرون از خانه درست کنید. مثلاً از یک شیلنگ آب، طناب یا تکه های از گچ استفاده کرده و یک راه که از زیر نیمکت، اطراف درخت، و از کنار دیوار عبور میکند، درست کنید. ابتدا کودکان از این مسیرها در حالیکه اسم آنها را میگویید راه ببرید این راه عبور کند بعد او میتواند یک راه جدید بسازد.

با کودکان به صداها گوش دهید. یک جای راحت و دنج پیدا کنید و با کودکان بنشینید. گوش کنید و تمام صداهایی را که میشنوید شناسایی کنید. در باره بلند یا آرام بودن صدا از کودکان پرسید. سعی کنید این فعالیت را هم در داخل و هم در بیرون منزلتان انجام دهید.

برای تشویق یادگیری شریک شدن و قسمت کردن وسایل بازی با سایر کودکان یک گوشه از خانه را برای بازی آماده سازید. در ابتدا فقط دو کودک را درگیر بازی سازید (یک برادر، خواهر یا یک دوست) و چند اسباب بازی مشابه در دسترس را به آنها بدهید تا مجبور نباشند همیشه اسباب بازی های خود را قسمت کنند. استفاده از عروسکها یا بلوکها مناسبتر هستند چون این نوع از اسباب بازیها برای گروهی را تشویق میکنند. در صورت لزوم و برای اینکه زمان بازی آنها با اسباب بازی های مشترک مساوی باشد، میتوانید از تایمر آشپزخانه استفاده کنید.

اجرای دستورات داده شده را تمرین نمایید. بازیهای مسخره انجام دهید برای مثال از او بخواهید که چند حرکت سرگرم کننده و غیر معمول را پشت سر هم انجام دهد. مثلاً آرنج شما را لمس کند سپس به شکل یک دایره بدود یا یک کتاب یافته و آن را روی سرتان قرار دهد. با انجام این کارهای متوالی (هر چند گاه مسخره) او تمرین میکند که چگونه ترتیب را در اجرای دستورات بخاطر بسپارد و اجرا کند.

وقتی کودکان لباس میپوشد تشویقش کنید با دکمه ها و زیپها تمرین کند. نشان دهید چگونه دکمه ها از میان سوراخها رد میشوند. وانمود کنید زیپ قطاری است که چوچو کنان از روی ریل رد میشود.