



فعالتهایی برای کودکان

۱۶-۲۰ ماهه



یک گاری اسباب بازی کوچک و یا یک کیف قدیمی برای جمع کردن اشیاء در داخل آن از اسباب بازی های محبوب نوبابان میباشند. کودک میتواند گذاشتن اشیاء در داخل و خارج کردن آنها را تمرین کند. از آنها میتوان جهت نگهداشتن اشیاء محبوب کودک نیز استفاده کرد.

لباسهای کودک را قبل از پوشاندن به وی روی تخت قرار داده از او بخواهید که پیراهن، شلوار و یا جورابش را به شما بدهد. این شیوه آسانی است تا او نام اشیاء معمول را بیاموزد.

نوپایان به کنار هم گذاشتن قطعات اشیاء و کامل کردن آنها علاقمند خواهد شد. پازل های ساده که که چند قطعه جدا دارند و دستگیره ای دارند که کودک میتواند بوسیله آن قطعه را بردارد، عالی هستند. همچنین گذاشتن کلید داخل سوراخ کلید و نامه ها در داخل سوراخ صندوق های پستی برای نوپای شما جالب می باشند.



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

معاونت بهداشت

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



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

تلفن: ۰۴۱۳۳۳۷۷۴۳۰

کودک نوپا به بازی با توپها علاقمند میباشند. از توپهای کوچک پلاستیکی برای قل دادن پرتاب کردن و شوت زدن استفاده کنید. شما همچنین میتوانید از بادکنکها استفاده کنید. بازی نگه داشتن بادکنکها در هوا را بازی کنید.

با گذاشتن عکسهای ساده و معمول (که از مجلات بریده شده است) در داخل یک آلبوم، یک کتاب مصور درست نمایید. کودک نوپایان از آلبوم عکسهای خودش و اعضای خانواده لذت خواهد برد. عکس حیوانات خانگی نیز مورد علاقه میباشند.

یک ظرف پلاستیکی (لگن کوچک) را پر از مواد غذایی مثل کورن فلکس یا جو پرک شده یا پفیل (که احتمال پریدن به ریه را ندارد و قابل خوردن است) نمایید. در داخل آن قاشق، الک، پیمانه های پلاستیکی، قیف یا ظروف پلاستیکی قرار دهید. آنها میتوانند با کمک این ابزارها مواد را پر و خالی کنند و در باره بافت این مواد و استفاده از ابزارها یاد بگیرند.

بازی اون چیه؟ را انجام دهید. این بازی با اشاره کردن به لباسها، اسباببازیها، اجزای بدن، اشیاء یا عکسها و خواستن نام آنها از کودک نوپا انجام میشود. اگر کودک نوپایان پاسخ نداد، نامش را بگوئید و تشویق کنید آن لغات را تقلید نماید.

کمک کنید کودک انواع اشیاء را دسته بندی کرده به صورت توده (کپه) در آورد. او میتواند به شما در دسته بندی لباسهای قابل شستشو کمک نماید (مثلاً جورابها در یک کپه و پیراهنها را در کپه دیگر قرار دهد). بازی تمیز کردن را انجام دهید. از او بخواهید که اسباب بازیهایش را در داخل قفسه یا جعبه های مخصوص آنها قرار دهد.

دو کاسه یا لیوان مثل هم و یک اسباب بازی کوچک بردارید. زمانی که کودک تماشا میکند اسباب بازی را زیر یک ظرف مخفی کنید و از او بپرسید کجا رفت؟ بعد از اینکه کودک این بازی را یاد گرفت شما میتوانید با عوض کردن محل لیوان (بعد از پنهان کردن شیئی زیر آن) بازی را پیچیده تر کنید.

کارتنهای خالی، یا جعبه های کفش را نگه دارید. کودک نوپایان میتواند از آنها برج بسازد.

با یکدیگر آوازهایی که همراه با حرکت است را بخوانید: عمو زنجیر باف، چشم چشم دو ابرو.....- با ریتم حرکت کنید و منتظر کودک نوپایتان باشید تا حرکات را پیش بینی نماید.



نوپایان عاشق آب بازی میباشند. اشیاء قابل فشردن (مثل اسفنج) و کاسه و لیوان اسباب بازی (جهت پر کردن و ریختن آب) را در داخل طشت آب قرار دهید تا او با آنها بازی کند (در حین بازی او را تحت نظر مداوم داشته باشید).

کودک نوپایتان ممکن است به فعالیتهای هنری علاقه‌مند باشد از مداد رنگیو مداد شمعی و کاغذهای بزرگ استفاده کنید. همانطور که شما نقاشی خود را میکشید، بگذارید کودک نوپایتان نیز خط خطی خود را بکشد.

اسباب بازیهای مورد علاقه‌اش را در یک سبد لباسشویی که کمی از دسترس او دورتر یا بالاتر است و یا در داخل یک ظرف شفاف با یک در محکم بگذارید. منتظر باشید که او آن شیء را بخواند. این امر دلیلی میشود که او با شما ارتباط برقرار نماید. به تقاضایش پاسخ دهید.

نوپایان عاشق حرکت میباشند. او را به یک پارک برده و سوار اسباب بازیهای تکان دهنده مثل اسب، تاب و سرسره های کوچک بکنید. شما میتوانید در اوایل او را هنگام تاب بازی و سرسره در بغل خود نگه دارید.

قایم باشک بازی کنید. کودک نوپایتان میتواند خودش به تنهایی یا با فرد دیگری مخفی شود تا شما او را پیدا کنید. سپس نوبت شماست که مخفی شوید تا کودک نوپایتان شما را پیدا کند.



از جعبه ها یا سطل به عنوان یک ظرف استفاده نمایید تا نوپایتان کیسه های کوچک حاوی حیوانات ویا توپهای کوچک را داخل آن پرت کند. پرتاب کردن توپ از بالای سر را تمرین نمایید.

با همدیگر کاستر یا ژله فوری درست کنید. به او اجازه دهید که در ریختن پودر، شیر و هم زدن آن به شما کمک کند. نتیجه‌اش یا برای خوردن خوب است ویا میتواند با انگشتانش آنرا نقاشی کند.

بازی نمادین (عروسک و خاله بازی) در این سن سرگرم کننده تر میباشد. تشویق کنید کودک عروسک یا یک اسباب بازی دیگر داشته باشد و برخی کارها را با آن تمرین کند: راه ببرد، به رختخواب ببرد، برقصاند، بخوراند. عروسک بازی را در فعالیت و بازیهای روزانه اش وارد کنید.



نوپایتان از مشاهده حبابها هیجان زده میشود. اجازه بدهید کودک نوپایتان تلاش کند تا حبابها را فوت کند و یا حباب ساختن شما را تماشا کند. دنبال کردن حبابها و ترکاندنشان سرگرم کننده است.