

فعالتهای برای کودکان ۳۰ تا ۳۶ ماهه



یک کاغذ بسیار بزرگ درست کنید تا کودکان بتواند بر روی آن بخوابد. اطراف بدن بچه‌تان را با خطوطی روی کاغذ ترسیم نمائید. انگشتان دست و پا را فراموش نکنید. درباره قسمت‌های بدن صحبت کنید و اسم آنها را روی کاغذ بنویسید. اجازه دهید کودکان پوستر را رنگ آمیزی کند. پوستر را روی دیوار اتاق کودک آویزان نمائید.

برای ساختن یک خانه یا چادر خیالی یک پتوی مستعمل روی میز پهن کنید. برای این اردو یک ساک پیک نیک درست کنید. کودکان را تشویق کنید که برای چرت زدن یک بالش را نیز با خود بردارد. استفاده از چراغ قوه نیز بخصوص سرگرم کننده خواهد بود.

یک لیوان به کودکان بدهید و یکی را خودتان بردارید. از تکه های خوراکی و میوه استفاده کرده و در حالیکه یکی را در داخل لیوان او می‌گذارید بگویید: "یکی مال تو" و دیگری را داخل لیوان خود بگذاری و بگویید: "این یکی هم مال من". نوبت را رعایت نمایید. لیوان کودکان را خالی کرده و به او کمک کنید که تکه های داخل لیوانش را بشمارد.

عکس‌هایی از مجله را ببرید و در دو گروه قرار دهید مثل سگها، غذا، اسباببازی یا لباسها. دو جعبه تهیه کرده و یک عکس سگ را داخل یک جعبه و عکس غذا را داخل جعبه دشگر بگذارید. به کودکان کمک کنید که عکسهای اضافی تهیه شده را در جعبه های درست بگذارد و بدینوسیله دسته بندی کردن اشیاء را یاد بگیرد.



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



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

تلفن: ۰۴۱۳۳۳۷۷۴۳۰

یک پوستر از عکس چیزهای مورد علاقه کودکان را که از عکسهای مجله‌های قدیمی در آورده اید درست کنید. از یک قیچی مطمئن و چسب استفاده کرده و اجازه دهید که کودکان مستقلاً و البته بدون خطر این کار را انجام دهد.

او را تشویق کنید که سعی کند مثل یک فیل راه برود. به او نشان دهید که چگونه از کمر به جلو خم شده و در حالیکه قدمهای آهسته و سنگین بر میدارد، بازو هایش را به هم قفل کرده و آزادانه تاب دهد.



برای افزایش هماهنگی و تعادل کودکان به او طرز راه رفتن خرسی را نشان دهید. یعنی در حین چهار دست و پا راه رفتن سعی کنید که بازوها و زانوهای خود را صاف نگه دارید. سعی کنید که پریدن مثل خرگوش را با او تمرین کنید یعنی دست و پایتان را جمع کرده و به سمت جلو پیرید.

برای ساختن یک بشقاب کاغذی یک مقوای سفت را ببرید و از آن بعنوان یک پارو استفاده کنید. به کودکان نشان دهید که چگونه از آن برای ضربه زدن به بادکنک استفاده نماید. ببینید چه مدتی کودک میتواند بادکنک را در هوا نگه دارد یا چند بار میتواند با ضربه آن را به سمت شما بفرستد. این فعالیتها باعث بهبود و تکامل هماهنگی بین حرکات بدن و دست و چشم میگردد. هنگام بازی با بادکنک همیشه نظارت دقیق داشته باشید.

رنگهای مختلف ابرنگ نقاشی را در قسمت وسط یا یک طرف کاغذ بچکانید. کاغذ را از قسمت وسط کاملاً تا کنید. بگذارید کودکان کاغذ را باز کند تا طرح درست شده را ببینند.

یک روش خوب برای یاد دادن لغات مربوط به محل اشیاء (مثل زیر، رو، بالا، پایین...) ساختن جادهها، پلها با لگو است. از ماشینهای اسباببازی که از روی جاده، زیر یا بالای پل، بین خانهها و... میروند، استفاده کنید.

به کودکان معلق زدن را ابتدا با انجام دادن خودتان آموزش دهید. سپس به او کمک کنید که یکبار خودش انجام دهد. اجازه دهید او آن را به تنهایی انجام دهد. از کنار بودن وسایل منزل در سر راه مطمئن گردید..شاید برای امنیت بیشتر ترجیح دهید که تعدادی بالش روی زمین بگذارید.

به آبرنگ کمی آب اضافه نمایید، تا کمی حالت روانی پیدا کند. مقداری رنگ را روی کاغذ بچکانید و با یک نی به آن فوت کنید تا رنگ در اطراف کاغذ حرکت کند یا ظرفهای دئودورانت تویی را با آبرنگ نسبتاً غلیظ پر کرده و روی کاغذ نقاشی نمایید.

برای کودکان یک داستان آشنا را بگوئید یا بخوانید و مکرراً مکث کنید و یک لغت را جانبدازید و از کودک بخواهید آن را پر کند. مثلاً شنل قرمزی گفت: "چه ----- --بزرگی داری مادر بزرگ."

به کودکان کمک کنید که در مکالمات روزانه برای توصیف اشیاء لغات جدیدی یاد بگیرد. اشیاء را با رنگ و اندازه و شکل توصیف کنید (فنجان آبی، توپ بزرگ). همچنین چگونگی حرکت اشیاء را توصیف کنید (یک ماشین تند میرود، یک لاکپشت به آرامی حرکت میکند) و همچنین توصیف کنید که چیزهای مختلف چگونه حس می شوند (بستنی سرد است، سوپ داغ است).

جعبه های خالی را جمعآوری کنید (مثل قوطی حبوبات، غذاهای آماده، و کارتونهای تخم مرغ) و به کودکان کمک کنید که یک مغازه خواربار فروشی برای خودش راه بیندازد.



بچه ها در این گروه سنی علاقه مند به خلق هنر به شیوههای مختلف میباشند سعی کنید یک سیب زمینی را نصف کرده و اشکال ساده بر روی آن حکاکی کنید یا آن را طوری طراحی کنید که مثل مهر در رنگ بزند و بر روی کاغذ مهر بزند.

از کودکان بخواهید تا در چیدن سفره به شما کمک کند. اول از او بخواهید که بشقابها بعداً لیوانها و نهلیتا قاشقها و چنگالها را روی سفره قرار دهد. با قرار دادن هر یک از وسایل فوق در کنار دیگری، او ارتباط یک به یک را یاد خواهد گرفت.



با کودکان دور اشیاء ساده را روی کاغذ نقاشی کنید. از لیوانهای با اندازه های مختلف، بلوکها و یا از دست خود یا کودکان برای این کار استفاده نمایید. استفاده از مایکهای با نوک نرم یا مداد شمعی با رنگهای مختلف این بازی را مفرح تر خواهد کرد.

یک بازی خوب در ماشین بازی پیدا کردن کارت مشابه از میان چند کارت میباشد. چند کارت مختلف را در جلوی کودک قرار دهید و سپس یک کارت به او بدهید که با کارتهای پخش شده تطابق دهد و از او بخواهید که کارت شبیه به کارتی خودش را پیدا نماید.

