

توصیه‌هایی برای تکامل کودک

سرگرمی و فعالیت های ارتقای تکامل حرکتی، ذهنی و ارتباطی

یادگیری فرزندان را از راه بازی‌ها تحریک کنید.

انجام این فعالیت‌ها را برای کودک و خودتان لذت بخش کنید.

تلاش‌های فرزندان را تحسین کنید.



وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت کودکان

شعرهای مورد علاقه کودک را با همدیگر بخوانید و با هم در حین خواندن شعرها دست‌ها و بدن خود را حرکت دهید و به عکس‌العمل کودک خود نگاه کنید.

کودک نوپای شما جست‌خیز و فعالیت را دوست دارد. او را برای، سوار شدن در اسباب بازی‌ها مثل سرسره و تاب به پارک ببرید. اما به این نکته نیز توجه داشته باشید در هنگام استفاده از برخی اسباب بازی‌ها مانند چرخ فلک، کودکان در بغل شما باشد و کمربند بسته شود.

فعالیت‌های هنری مثل نقاشی برای کودکان جالب و سرگرم‌کننده است برای اینکار از مداد رنگی‌های غیرسرب‌دار استفاده کنید و آنها را همراه با کاغذ در اختیار کودکان قرار دهید. در برخی موارد کودکان مازیک‌های رنگ روشن و براق را بیشتر دوست دارند و بازی با آنها برایشان هیجان‌انگیزتر است اجازه دهید با مدادها یا مازیک‌های رنگی روی کاغذ خط خطی کنند.

کودکان در این سنین علاقه دارند اشیاء را در هر حفره یا سوراخی که می‌بینند قرار دهند برای اینکار از پازل‌های ساده با تیکه‌های بزرگ استفاده کنید یا کلیدهای اسباب بازی را در اختیار کودکان قرار دهید تا آن‌ها را به داخل جا کلید ببرد یا بازی‌های مشابه این که برای کودک شما بسیار سرگرم‌کننده است را با وی برنامه ریزی کنید.

تظاهر به بازی با کودک نوپایان در این سنین حتی سرگرم‌کننده‌تر می‌شود. او را تشویق کنید تا فعالیت‌های روزانه‌اش مانند رفتن به رختخواب، جست و خیز، خوردن و پریدن را با یک اسباب بازی پارچه‌ای یا عروسک مورد علاقه خود انجام دهد. در واقع عروسک خود را در فعالیت‌های روزانه شریک کند.

یکی از اسباب بازی مورد علاقه کودکان را در سید لباس‌ها به طوری که در دسترس یا در دید کودکان باشد، قرار دهید و منتظر بمانید تا وی اسباب بازی خود را ببیند و آن را از شما درخواست کند، این یکی از راه‌هایی است که بتوانید با کودک ارتباط برقرار کنید. پس به درخواست وی پاسخ بدهید.

با کودکان بازی «این چیه» را انجام دهید برای اینکار به لباس‌ها، اسباب بازی‌ها، تصاویر و عکس‌های اشیاء و یا حتی اعضا بدن کودک اشاره کنید و از وی بپرسید این چیست؟ اگر کودکان نتوانست پاسخ سوال را بدهد، شما به وی اسم شیء مورد اشاره را بگویید و از او بخواهید تکرار کند.

یک تشت پلاستیکی را پر از آرد گندم یا ذرت کنید. داخل آن وسایل آشپزخانه مانند قاشق، فنجان‌های اندازه‌گیری، قیف، ظروف پلاستیکی، یا آبکش‌های کوچک قرار دهید. کودک نوپای شما می‌تواند با این وسایل، پر کردن و خالی کردن را یاد بگیرد. همچنین اشیاء با جنس‌ها و بافت‌های مختلف را لمس کند و یاد بگیرد که چگونه می‌توان از بعضی اشیاء به عنوان ابزار استفاده کرد. چسیدن احتمالی آرد هم خطرناک نیست.

