توصیه‌هایی برای تکامل کودک

سن
۱۸ ماه

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

به کودکتان در یادگیری و رشد کمک کنید!

انجام این فعالیت های آسـان و سـرگرم کننده با کودک ۱۸ ماهه‌تان روش مناسبی برای با هم سرگرم شدن و ارتقای تکامل کودک شماست.

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

کودک نوپای شما جست خیز 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 بازی ها مانند چرخ فلک، کودکتان در بغل شما باشد و کمربند بسته شود.

فعالیت های هنری مثل نقاشی برای کودکان جالب و سرگرم کننده است برای اینکار از مداد رنگی های غیر سرب دار استفاده کنید و آنها را همراه با کاغذ در اختیار کودکتان قرار دهید. در برخی موارد کودکان ماژیک های رنگ روشن و براق را بیشتر دوست دارند و بازی با آنها برایشان هیجان انگیز تر است اجازه دهید با مدادها یا ماژیک های رنگی روی کاغذ خط خطی کند.

کودکان در این سنین علاقه دارند اشیا را در هر حفره یا سوراخی که می بینند قرار دهند برای اینکار از پازل های ساده با تیکه های بزرگ استفاده کنید یا کلیدهای اسباب بازی را در اختیار کودکتان قرار دهید تا آن را به داخل جا کلید ببرد یا بازی های مشابه این که برای کودک شما بسیار سرگرم کننده است را با وی برنامه ریزی کنید.

تظاهر به بازی با کودک نوپایتان در این سنین حتی سرگرم کننده تر می‌شود. او را تشویق کنید تا فعالیت‌های روزانه اش مانند رفتن به رختخواب، جست و خیز، خوردن و پریدن را با یک اسباب بازی پارچه ای یا عروسک مورد علاقه خود انجام دهد. در واقع عروسک خود را در فعالیت های روزانه شریک کند.

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

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

یک لوله پلاستیکی را با دانه های غلات پر کنید. قاشق های آشپزخانه، سینی‌ها، فنجان‌ها، یا ظروف پلاستیکی را در کنار دست کودکتان قرار دهید. کودک شما به پر کردن، خالی کردن یا یادگیری در مورد نوع شی مورد نظر و اینکه از این‌ها به عنوان یک وسیله بازی استفاده کند، علاقه دارد. به این نکته نیز توجه داشته باشید هرگز کودک را تنها نگذارید و به او اجازه ندهید دانه های غلات را برای مزه کردن در دهان خود ببرد.



اندیشه ماندگار 025-37736165

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

توصیه‌هایی برای تکامل کودک

سن
۱۸ ماه

سرگرمی و فعالیت‌های اجتماعی- احساسی

این فعالیت ها را با کودک ۱۸ ماهه تان انجام دهید. این فعالیت ها یک روش خوب برای داشتن سرگرمی با یکدیگر و حمایت از تکامل اجتماعی- احساسی کودکتان است.

کودک شما به زمان زیادی برای حرکت و ورزش نیاز دارد. به پیاده روی و زمین بازی بروید و یا به مرکز خرید بروید.

وانمود کنید با حیوانات پارچه ای یا عروسک ها مهمانی گرفته اید. می توانید عکس های مجله ای را ببرید و به عنوان هدیه استفاده کنید. کیکی الکی آماده کنید و آواز تولدت مبارک بخوانید.

کودک شما نیاز به داشتن یک برنامه روزانه منظم دارد. در مورد کاری که برایش انجام می دهید و کاری که قرار است برایش انجام دهید با او صحبت کنید. برای فعالیت داشتن و برای آرام بودن به او زمان بدهید.

با کودک خود حرکات ورزشی انجام دهید. از وسیله‌ای ساده مانند لوله بلند پلاستیکی جهت طبل زدن و یا ظرفی پلاستیکی پرشده با برنج و لوبیا به عنوان جغجغه استفاده کنید.

کودک شما به کمک در کارهای خانه علاقه دارد. به او وظایف کوچکی بدهید و به او بفهمانید بزرگ شده است. او می تواند میز را تمیز کند، اسباب بازی هایش را جمع کند یا در جارو زدن کمک کند.

کمک کنید کودکتان احساسات را یاد بگیرد. مقابل آینه شکلک خوشحال، ناراحت، عصبانی در بیاورید. این کار سرگرمی خوبی است.

برای بازی او با کودکان دیگر وقت تنظیم کنید. هنوز کودک شما نمی فهمد چطور چیزی را شریک شود. بنابراین مطمئن شوید مقدار کافی اسباب بازی وجود دارد. کنار او بمانید و کمکش کنید تا یاد بگیرد چطور با کودکان دیگر بازی کند.

زمان های داستان خوانی، خصوصاً قبل از چرت زدن و وقت خواب، روش مناسبی برای آرام کردن او قبل از خواب است. بگذارید کودکتان کتابی را که دوست دارد انتخاب کند. در ورق زدن کمک کند و خودش ورق بزند. کمک کنید تصاویری را که می بیند، نام ببرد.



اندیشه و آفرینش 025-37736165