

توصیه‌هایی برای مراقبت از تکامل کودک

توصیه‌هایی برای مراقبت از تکامل کودک					
۲ سال و بزرگتر	۱۲ ماه تا ۲ سال	۹ ماه تا ۱۲ ماه	۶ ماه تا ۹ ماه	۱ هفته تا ۶ ماه	نوزاد تولد تا یک هفتهگی
<div style="text-align: center;"></div> <p>بازی به کودک کمک کنید تا اشیا را بشمارد، نام ببرد و مقایسه کند... برای او اسباب بازی‌های ساده بسازید. مثلاً اشیایی با رنگ‌ها و شکل‌های متفاوت برای دسته‌بندی، برچسب یا تخته وایت برد و پازل.</p> <div style="text-align: center;"></div> <p>ارتباط برقرار کنید او را تشویق کنید تا صحبت کند و به سوالات او پاسخ دهد. به کودک داستان، آواز و بازی یاد بدهید. در مورد تصاویر یا کتاب‌ها با او صحبت کنید.</p> <p>نمونه اسباب بازی: کتاب مصور</p>	<div style="text-align: center;"></div> <p>بازی چیزهایی به کودک بدهید تا روی هم بچیند و داخل ظرف بیاندازد و در بیاورد.</p> <p>نمونه اسباب بازی: اشیایی که داخل هم یا روی هم می‌گذارند، ظرف و گیره‌های لباس.</p> <div style="text-align: center;"></div> <p>ارتباط برقرار کنید سوالات ساده از کودک بپرسید. به تلاش‌های کودک خود در صحبت کردن جواب بدهید. اشیا، طبیعت و تصاویر را به او نشان دهید و درباره آن‌ها با او صحبت کنید.</p>	<div style="text-align: center;"></div> <p>بازی اسباب‌بازی مورد علاقه کودک را زیر پارچه یا جعبه پنهان کنید. ببیند آیا کودک می‌تواند آن را پیدا کند. با کودک خود دالی موشه بازی کنید.</p> <div style="text-align: center;"></div> <p>ارتباط برقرار کنید نام اشیا و افراد را به کودک بگویید. به او یاد بدهید که چگونه با دست‌هایش چیزهایی مثل بای بای بگوید.</p> <p>نمونه اسباب بازی: عروسکی با صورت</p>	<div style="text-align: center;"></div> <p>بازی وسایل خانگی تمیز و بی‌خطری را به کودک خود بدهید تا دستکاری کند، به هم بزند و بیاندازد (مانند ظروف درب‌دار، قابلمه و قاشق فلزی)</p> <div style="text-align: center;"></div> <p>ارتباط برقرار کنید به صدا و علائق کودک خود پاسخ دهید. نام کودک را صدا کنید و پاسخ او را ببینید.</p>	<div style="text-align: center;"></div> <p>بازی فرصت‌هایی را برای کودک خود فراهم کنید تا کودک شما ببیند، بشنود، حس کند، آزادانه حرکت کند و شما را لمس کند. اشیا رنگی را به آرامی جلوی او حرکت دهید تا آنرا ببیند و بگیرد (مانند یک حلقه بزرگ که با یک نخ آویزان شده است، جغجغه)</p> <div style="text-align: center;"></div> <p>ارتباط برقرار کنید به کودک خود لبخند بزنید و بخندید. با کودک خود صحبت کنید. با تقلید صدا یا ژست کودک‌تان یا او مکالمه کنید.</p>	<p>کودک شما از زمان تولد در حال یادگرفتن است</p> <div style="text-align: center;"></div> <p>بازی فرصت‌هایی را برای نوزاد خود فراهم کنید تا کودک شما ببیند، بشنود و دست و پای خود را آزادانه حرکت دهد.</p> <div style="text-align: center;"></div> <p>ارتباط برقرار کنید به چشمان کودک خود نگاه کنید و با او صحبت کنید. زمان تغذیه با شیر مادر فرصت خوبی است. حتی یک نوزاد هم صورت شما را می‌بیند و صدایتان را می‌شنود</p>

توصیه هایی برای مراقبت از تکامل کودک

• به کودک خود محبت کنید و عشقتان را به او نشان دهید	• از علائق کودک خود مطلع شوید و به آن‌ها پاسخ دهید	• تلاش کودکان را در یادگیری مهارت های جدید تحسین کنید.
---	--	--

نوزاد تا یک هفتهگی:

با کودک خود بازی کنید: زمینه ای فراهم کنید تا کودک شما بتواند ببیند، بشنود، احساس کند و حرکت کند. برای بازی کردن با یک نوزاد بهتر است او را از هر گونه لباس رها کرده و صورتش را باز کنید، این امر آزادی عمل بیشتری را به کودک می دهد.

با کودک خود ارتباط برقرار کنید: به چشم هایش نگاه کنید و به رویش بخندید. زمان شیر دادن بهترین موقع برای این کار است.

تا ۶ ماهگی:

با کودک خود بازی کنید: اشیای بزرگ و رنگی را در دسترس کودک خود قرار دهید تا هم بتواند به آن ها برسد و هم اشیای جدید را ببیند.

با کودک خود ارتباط برقرار کنید: با کودک خود صحبت کنید و مکالمه خود را با صداها و حرکات دست ادامه دهید.

۶ ماهگی تا دوازده ماهگی:

با کودک خود بازی کنید: به کودک خود اشیای خانگی مطمئن بهداشتی بدهید تا بتواند نگه دارد، بکوبد و بیاندازد.

با کودک خود ارتباط برقرار کنید: به علایق و صداها ی کودک خود پاسخ دهید. نام اشیا و افراد را به کودک خود بگویید.

۱۲ ماهگی تا ۲ سالگی:

با کودک خود بازی کنید: اشیایی را در اختیار کودک خود قرار دهید تا بر روی هم بگذارد و یا در داخل قوطی گذاشته و یا خارج کند.

با کودک خود ارتباط برقرار کنید: از کودک خود سوالات ساده پرسید. به تلاش های کودک خود جهت صحبت کردن پاسخ دهید. بازی هایی مانند (بای بای) را انجام دهید.

کودک ۲ ساله و بزرگتر:

با کودک خود بازی کنید: به کودک خود کمک کنید تا بشمارد، بنامد و اشیا را مقایسه کند. اسباب بازی های ساده ای برای کودک خود تهیه کنید. بعنوان مثال کودک شما از جدا و مرتب کردن سر بطری های رنگی لذت خواهد برد.

با کودک خود ارتباط برقرار کنید: کودک خود را تشویق به صحبت کردن کنید و به سوالاتش پاسخ دهید. به کودک خود بازی، آواز و قصه بیاموزید. وقتی به یک مادر مشاوره می دهید نمونه هایی از ارتباط و بازی را که مناسب سن کودک می باشند به او نشان دهید. همچنین نمونه هایی از وسایلی که می توان با آن ها بازی کرد و معمولا در همه خانه ها موجود می باشد را به مادر پیشنهاد دهید. به مادر در فهم اینکه چگونه می تواند کودک خود را همزمان با رشدش در یاد گرفتن مهارت های جدید تشویق کند کمک کنید. یک کودک

توصیه هایی برای مراقبت از تکامل کودک

یک و نیم ساله علاقمند گذاشتن سنگ ها در داخل قوطی است. همچنین می تواند یاد بگیرد اعضای صورتش را نشان دهد. یک کودک ۴ ساله می تواند قطعات پازل یک صورت را بدرستی کنار هم بگذارد.

در اینجا چند مثال از اسباب بازی های ساده ساخته شده در خانه، آورده شده است:

