

### زمانی برای بازی‌های تقویت حواس

در جریان هستید که تقویت حواس پنج‌گانه تا چه حد به سرعت رشد و آسان شدن یادگیری کودک کمک می‌کند. بازی‌های زیادی هستند که این مهم را برای کودکان فراهم می‌کنند، بدون اینکه به ابزار خاصی نیاز داشته باشید. مثلاً گل‌بازی، خاک‌بازی، پخت‌نان، خمیربازی و ماسه‌بازی. این بازی‌ها علاوه بر تقویت حس لامسه، عضلات دست و مچ کودکان را قوی می‌کند و در واقع نوعی دست‌ورزی محسوب می‌شوند. فراهم کردن فرصت آب‌بازی حتی در حمام خانه فرصت بی‌نظیری است که کودک علاوه بر تقویت حس لامسه، فرصت آرام‌بخشی و تن‌آرامی و شادابی را دارد. بازی‌های مبتنی بر موسیقی یا صداها، باعث می‌شود حساسیت شنیداری کودکان تقویت شود. بازی‌هایی مثل بگرد و پیدا کن که باعث تقویت حساسیت دیداری می‌شود و بازی با طعم‌ها و مزه‌ها....



### زمانی برای ساخت‌وساز

بالشتک‌های مبل، بالش و پتوها، چادر نماز و روتختی و... همه می‌توانند ابزاری برای ساخت‌وساز باشند. با گذاشتن دو سه قانون در باره بازی مثلاً بعد از بازی باید همه با هم وسایل را سر جای خود بگذاریم. مراقب باشیم وسایل پاره نشود و به کسی آسیب نرسانیم. بسم... بگوئید و بچه‌ها را تشویق کنید قلعه بسازند، جاده بسازند، استخر بسازند و هر چیزی که می‌شود دنیای واقعی را به دنیای خیال‌گونه بچه‌ها آورد. از دیگر وسایلی که برای ساخت‌وساز و ساعت‌ها سرگرم بودن کودکان بسیار مفید است، لگو یا بلوک‌های چوبی است. شاید لازم باشد ابتدای کار شما هم کمی بنشینید و با آن‌ها چیزی بسازید و کم‌کم که یاد گرفتند از کنارشان برخیزید، اما تجربه ثابت کرده است حتی کودکان یک‌ساله با بلوک‌ها و مکعب‌های ساخت‌وساز بسیار سرگرم می‌شوند.

### زمانی برای بیرون بودن از منزل

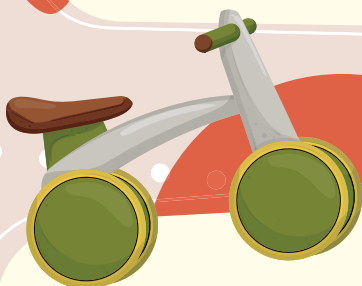
همه مادر طول‌روز به ارتباط‌گیری با هم‌نوعان و هم‌سن‌وسالان خود نیاز داریم. زمانی را برای بردن بچه‌ها به بوستان محلی یا فضای سبز نزدیکی محل زندگی‌تان بگذارید. این زمان برای شما و بچه‌ها فرصتی برای ارتباط‌گیری با هم‌سالان و تقویت مهارت‌های اجتماعی دارد. در هفته بسته به میزان تعامل‌تان با خانواده، زمانی را نیز به دیدن و بازدیدهای خانوادگی و دوستانه اختصاص دهید. کودکان از طریق این ارتباطات می‌توانند ارزش‌ها و آداب و رسوم و فرهنگ را لمس کنند و جایی برای آن در زندگی‌شان باز کنند.

### زمانی برای کتاب‌های خواندنی



با همان کتاب‌هایی که در خانه دارید شروع کنید، سخت‌نگیرید. مهم این است که مرد میدان باشید. کتاب‌های کودکان را توروک کنید و ببینید کدام برای حس و حال امروزتان بهتر است. خوب حالا با کتاب چکار کنید؟ در این مرحله به مغزتان اجازه دهید کاملاً ایده‌پردازی کند. مثلاً می‌توانید بسته به سن فرزندتان یکی از این کارها را انجام دهید: همراه با خواندن کتاب انواع نمایش‌های بند انگشتی، عروسکی و حتی تئاتر را با بچه‌ها تمرین کنید. یک کارتن بزرگ بیاورید و از کودکان بخواهید درون آن‌ها رفته و با یک عروسک داستانی را که خواندید تعریف کنند. کتاب را با لهجه‌های مختلف مشهدی، اصفهانی، شیرازی و... برای کودک بخوانید و لحظات خنده‌دار و شادی بخشی را فراهم کنید. کتاب را با آهنگ یا ریتم خاصی بخوانید. می‌توانید بازی‌های کلمه‌ای هم راه بیندازید، فلان کلمه را شنیدی دست بزن، فلان کلمه را شنیدی پاکوب. بعد از خواندن کتاب آنچه فهمیدی را نقاشی کن و... هزار و یک ایده مبتنی بر کتاب که با کمی فکر کردن و جست‌وجو کردن می‌توانید بیابید.

### زمانی برای بازی‌های حرکتی



بازی حرکتی در آپارتمان نشینی؟! بله، شدنی است. اول از همه خوب است یک زمان مشخص روزانه را به این بازی اختصاص دهید. این کار هم برای فرزندانتان خوب است هم میزان درگیری شما با آن‌ها را کم می‌کند. برای تعیین ساعت به دو نکته دقت کنید یک میزان انرژی بچه‌ها در طول روز که معمولاً بعد از دو سه روز مشاهده‌گری دستانتان می‌آید چه ساعتی نیاز به بیشتری به حرکت دارند. دو، اینکه با همسایه طبقه پایین هماهنگ کنید و اوردن جریان بگذارید که مادر این ساعت از روز بازی حرکتی داریم و ممکن است شما کمی صدای پای بچه‌ها یا دویدنشان را بشنوید و پیشاپیش از اینکه درک می‌کنند سپاسگزار هستید. بازی حرکتی در زمان‌های استراحت عمومی مثل ساعت دو تا پنج بعد از ظهر یا ۹ شب به بعد ممنوع! بازی با توپ، قایم‌باشک، گرگم و گله می‌برم، خاله بزغاله، بازی‌های تعادلی دور فرش، هیولا بازی، طناب‌بازی و... از جمله بازی‌های حرکتی است که در زمان اختصاصی بازی‌های حرکتی کودکان می‌توانند انتخاب کنند.