

بازیچه های ساخته شده در خانه و فعالیت های رایگان برای اطفال

http://raisingchildren.net.au/articles/kids_homemade_toys_and_free_activities.html

اطفال خردسال برای اینکه یاد بگیرند و انکشاف یابند، به سامان های بازی قیمتی و یا خاص ضرورت ندارند. در واقع، با کمی تصور، می توانید چیزهای معمولی خانه را تبدیل به بازیچه های ساخته شده در خانه بدل نموده و فعالیت های رایگانی برای اطفال بسازید.

بازیچه های ساخته شده در خانه و فعالیت های رایگان برای اطفال: این سامان ها چه خوبی هایی دارند

بازی های خانگی و فعالیت های رایگان در خانه راه خوبی برای آن است که اطفال را سرگرم نموده، و به آنان کمک کرد تا یاد بگیرند و رشد یابند. این کار پیسه هم نمی خواهد، و واقعا می تواند خلاقیت طفل شما را افزون سازند.

هنگام رشد اطفال، خیلی راحت می توان فکری برای آنان نمود. بازیچه ها و بازی های زیادی است که شما و طفل خود می توانید باهم خلق کنید.

همچنین می توانید به طفل خود چیزهایی را بدهید که در خانه وجود دارند و بازی های بی انتهای - برای مثال، اطفال خردسال معمولاً خوش دارند چیزها را روی هم بگذارند و درپوش ظروف را بسته و بازکنند، و اطفال مسن تر خوش دارند اغلب بازی موسوم به وانمود کردن (make-believe) با پارچه چای (tea towels) های قدیمی را انجام دهند. اطمینان یابید که چیزی را که به طفل خود می دهید شکننده و خیلی اندازه آن کلان نباشد که خطر خفگی ایجاد نماید.

بازی با نوزادان

شما برای نوزاد لذت بخش ترین بازیچه هستید. تماس شما، طنین صدایتان، وقتی آن ها را در بغل به آرامی تکان می دهید، یا خیره شدن به صورت شما، بیش از سرگرمی کافی برای یک نوزاد است.

نوزاد شما همچنین خیلی خوش دارد که وقتی هوا خوب است به بیرون از خانه برود، باد را حس کند، صدای پرندگان را بشنود، و بوی خارج از خانه را استشمام نماید.

به هم زدن آب کم عمق یا در تب هم برای طفل کلی تفریح دارد. فقط به یاد داشته باشید که هنگام بازی در آب، همیشه نوزاد شما در دسترس شما باشد- نوزادان ممکن است حتی در آبی به عمق دو سانتیمتر هم خفه شوند.

برای آرام کردن نوزاد می توانید از یک موسیقی ملایم استفاده کنید، یا زمانی را که در تب است با ایجاد یک محیط آرام و آب نیمگرم آرامش بخش تر سازید و بعد او را ماساج (مشت و مال) ملایمی بدهید.

نوزادان نسبت به موسیقی عکس العمل نشان می دهند، ولی از صدای شما بیش از هر چیز دیگری لذت می برند. نوزادتان را در بغل بگیرید، آواز بخوانید، با او گپ بزنید و بگذارید تماس چشمانتان با چشمان او برقرار شود. این فعالیت ها نوزاد شما را سرگرم نموده و کمک می نماید تا در عین زمان چیزی یاد بگیرد و با شما هم آشنا شود.

هر نوزادی یکتا است و برخی از نوزادان وقت بیشتری لازم دارند تا از حس های نو خود خوش شوند بنا بر این عکس العمل نوزاد خود را مشاهده کنید، و بنگرید به چه چیزی علاقه دارد و از آن خوش می شود. رهنمود های نوزاد شما می تواند کمک کند بدانید به چه چیز علاقمند و از چه چیز خوش می شود. این رهنمود به شما کمک می کند بدانید چه وقت نوزاد شما خوش دارد بازی کند و چه وقت به قدر کافی بازی کرده و می خواهد استراحت نماید.

بازی با نوزادان

وقتی نوزاد شما شروع کرده که جا به جا شود، ممکن است بازی های فعال تری را خوش داشته باشد – بخصوص که بازی با شما باشد.

نوزاد عاشق خزیدن بر روی شما است یا اشیاء را بگیرد و تکان دهد تا مهارت های حرکتی نوی را امتحان نماید. همه اطفال خردسال به وقتی برای بازی آرام هم ضرورت دارند، بنا بر این، به رهنمودهای وی توجه کنید وقتی که نوزاد شما آرامش می خواهد.

در اینجا بعضی از پیشنهاد ها بازی با نوزادان ارائه شده اند:

- هر روز وقتی را برای بازی یک - به - یک اختصاص دهید- برای مثال، گپ زدن با نوزادتان، یا شمردن انگشتان پای او. می توانید این را به حیث بخشی از پروگرام روزمره فعالیت ها نظیر تعویض پوشک او بسازید.
- روی شکم او raspberries (راسپ بریز) بپاشید، و انگشتان خرد پا را ققتکت دهید.
- یک بازیچه تکانک بسازید. یک بوتل جوس یا شیر را خالی کرده، شسته و خشک کنید و از برنج، پستا (رشته)، نخود، و انواع لوبیا ها یا حتی دکمه های قدیمی پر کنید (اطمینان یابید که در ظرف بسته باشد تا موجب خفگی طفل نشود).
- آواز (ترانه) و اشعار کودکانی بخوانید. نوزادان از این چیزها خوش می شوند، بخصوص وقتی که کارهایی تکرار شود مانند دست زدن یا با حرکت انگشتان سرود ستاره های چشمک زن (اشاره به آهنگ کودکانه *twinkle little star* است) را نشان دهند.
- به حیث بخشی از پروگرام روزمره طفل خود کتاب بخوانید – برای مثال، قبل از زمان خواب. کتابخانه محل شما یک جای عالی برای قرص گرفتن کتاب به صورت رایگان است.
- با وارونه کردن یک جعبه، دیگ یا سطل پلاستیکی از آن طبله بسازید. به طفل خود یک قاشق چوبی بدهید تا با آن این طبله را بنوازد.

بازی با اطفال نوپا

اطفال نوپا مانند دانشمندان خرد سال هستند و بازی آنها اغلب تجربه کردن، مشاهده کردن، امتحان کردن، به کار بردن نظرات و یافتن طرز کار اشیاء است. برای مثال، طفل شما احتمالاً عاشق "وارد کردن چیزها به روزنه سامان ها" است، مانند وارد کردن چیزی به درون دستگاه سی دی و یا دی وی دی!

برای اطفال نوپا می توانید از این بازی ها در نظر گرفته و امتحان کنید:

- به طفل نوپای خود میخ (میله) چوبی بدهید و یک ظرف که برای جای آن باشد. طفل شما با خوشی این میله ها را از ظرف بیرون آورده و دوباره سر جایش می گذارد و این کار را تکرار و تکرار و تکرار می نماید!
- یک کارتون کاغذ کاک را به قطعاتی قیچی کرده و در پاکت هایی بگذارید و آن ها را تزیین کنید. همچنین می توانید یک صندوق پستی درست کنید و این کار را می توانید با برش یک روزنه در یک ظرف قدیمی شیرین یا یک جعبه کاغذ کاک انجام دهید.
- خمیر بازی درست کرده و با آن برج، پن کیک- Pancake، درخت و یا شکل هایی درست کنید – هر چیزی که فرزند نوپای شما خوش داشته باشد. می توانید فقط خمیر بازی را در درون دست خود فشار دهید تا از لا به لا انگشتان شما به بیرون بزند.

- یک صندوق لباس های قدیمی را جور کنید تا با کمک لباس ها یک بازی وانمود سازی انجام دهید. می توانید از ظرف شیرینج برای ساختن یک سرپوش برای بازی وانمود سازی استفاده کنید. آن را با ورقه های آلومینیومی بپوشانید، و بعد طفل نو پای شما می شود فضا پیما. همچنین می توانید پارچه هایی را به هم بچسبایند، گل های مصنوعی درست کنید یا آویز هایی را به ظرف شیرینج وصل کنید تا از او یک مهمان خیالی در یک مهمانی چای بسازید.
- به بیرون و حویلی خانه، محل بازی اطفال در پارک و یا ساحل بحر برای بازی های میدانی بروید.

بازی با اطفال قبل از سن مکتب روی

بعضی از این نظره های بازی را امتحان کنید. هم لذت بخش است و هم کمک می نماید تا فرزند شما بتواند مهارت های حرکتی ظریف و مهارت های حرکتی عمده را پیدا کند:

- به طفل خود یاد بدهید چطور جوراب زنانه قدیمی را با کاغذ یا بریده های پارچه پر کند تا مار یا کرم درست کند.
- با استفاده از جوراب زنانه یک گدی جورابی بسازد. از دوختن دکمه یا سایر چیزهای خرد و ریز برای درست کردن چشم و بینی و موی این گدی استفاده کنید.
- یک جعبه را از لباس های قدیمی ولی پاک پر کنید تا برای پوشیدن لباس های نمایشی از آن استفاده کنید.
- از روزنامه ها استفاده کرده و آن را به شکل یک کلاه دزدان بحری و یا شعبده بازان در آورید. بگذارید طفل قبل از سن مکتب روی شما کاغذ ها را قیچی کند و یا از یک مجله قدیمی با قیچی عکس های رنگی آن را جدا نماید.
- بگذارید خیال پردازی طفل شما یک جعبه کارتون را تبدیل به بازیچه نماید – یک موتر، خانه طفل، پیشخوان دکان، یا اجاق مطبخ.
- از پارک محل یا خانه دوستی بازدید کنید، یا در اطراف خانه تان پیاده گردی کنید. همه این ها برای طفل شما جنبه ماجراجویی و لذت دارد.
- کاغذ های باطله را به هم چسب بزنید تا یک کتاب ساده درست کنید. بگذارید طفل شما خلاقیت به خرج دهد و داستانی بسازد و با کشیدن شکل و یا بریدن و چسب زدن تصاویری از یک مجله قدیمی صفحات را تزیین نماید.

بازی با اطفال مکتب رو

طفل خود را سرگرم کرده و در او با پیشنهاد های بازی انگیزه ایجاد نمایید:

- جعبه های کلان و قدیمی را پیدا کرده و ببینید طفل شما با آن ها چه کار می تواند انجام دهد. این ممکن است یک خانه بازیچه طفل باشد، یک کشتی جنگی، یا محل پنهان شدن. می توانید از سوپر مارکت محل یا یک دکان فروشنده سامان های برقی بخواهید آیا جعبه هایی دارند که بتوانید به خانه ببرید.
- با طفل خود آشپزی کنید – با برخی از خوراک های مقبول خانواده شروع کنید.
- بگذارید طفل شما از دوستی دعوت نماید تا به خانه شما بیاید برای اینکه با هم برای مدت کوتاهی بازی کنند.
- با استفاده از چند چوکی و ملافه های قدیمی خیمه درست کنید، یا با استفاده از ملافه و پوشاندن یک میز، یک خانه بازیچه طفل درست کنید.
- بگذارید طفل شما در کار های خانه به شما کمک نماید. اطفال اغلب از برداشت پاکت های نامه از صندوق پستی تان، قات کردن لباس هایی که خشک شده اند یا آب دادن باغچه خوش می شوند.
- با کلمات بازی کنید – برای مثال، کلمات هم وزن و قافیه را کنار هم بگذارید و معما طرح کنید.

بازی راه عمده ای است که نوزادان و اطفال خردسال چیز یاد می گیرند. ولی اگر بازی لذت بخش نباشد، بازی نیست. اگر بگذارید طفل شما بازی را رهبری نماید، کمک می کند که سرگرم کننده باشد. برای نوزادان ممکن است اگر مانده شده باشند به معنی توقف بازی باشد. برای اطفال کمتر از سن مکتب روی، این کار به معنی اجازه دادن به آنها برای بازی با هر چیزی است که می خواهند.

لغات دشوار:

Open-ended play (بازیابی انتها): بازی که طفل آن را رهبری می کند و در آن از چیزهای معمولی استفاده می شود مانند جعبه ها، پارچه، و کاغذ و اجازه می دهد که طفل خیال پردازی کند، خلاقیت داشته باشد و رشد نماید.

Fine motor skills (مهارت های حرکتی ظریف): مهارت های بدنی لازم برای اینکه حرکات عضلات خرد هماهنگ شوند از قبیل برداشتن اشیاء خرد بین انگشت شست و یک انگشت دیگر.

Gross motor skills (مهارت های حرکتی عمده): مهارت های بدنی که از عضلات کلان بدن استفاده می نماید مانند خزیدن، راه رفتن، دویدن، پرتاب کردن و پریدن.