



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

توصیه‌هایی برای تکامل کودک



به کودکان در یادگیری و رشد کمک کنید!

انجام این فعالیت‌های آسان و سرگرم کننده با کودک ۱۸ ماهه‌تان روش مناسبی برای با هم سرگرم شدن و ارتقای تکامل کودک شماست.



سن
۱۸ ماه

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 بازی‌ها مانند چرخ فلک، کودکان در بغل شما باشد و کمربند بسته شود.

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.

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

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 آن را به داخل جا کلید ببرد یا بازی‌های مشابه این که برای کودک شما بسیار سرگرم کننده است را با وی برنامه ریزی کنید.

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.

تظاهر به بازی با کودک نوپایان در این سنین حتی سرگرم کننده‌تر 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.

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 شی مورد اشاره را بگویید و از او بخواهید تکرار کند.

یک لوله پلاستیکی را با دانه‌های غلات پر کنید. قاشق‌های آشپزخانه، سینی‌ها، فنجان‌ها، یا ظروف پلاستیکی را در کنار دست کودکان 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 دانه‌های غلات را برای مزه کردن در دهان خود ببرد.

