



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 ۶ ماهه تان روش مناسبی برای با هم سرگرم شدن و ارتقای تکامل کودک شماست.

سن
۶ ماه



در حالی که روی زمین نشسته اید، کودک تان را بین پاهایتان بنشانید. از پاها و بدن تان برای حمایت مورد نیاز کودک جهت نشستن استفاده کنید. این حالت نشستن به شما کمک می کند در حالی که به او مستقل نشستن را آموزش می دهید، با او بازی کنید.

به آرامی لباس نرمی، حوله، کاغذ یا نایلونی به تن کودک خود بمالید، با او در مورد اینکه بالمس اینها چه احساسی دارد صحبت کنید. (نرم، زبر، لغزنده) استفاده از لوسیون‌ها هم احساس خوبی به او می دهد.

بازی‌های صوتی انجام دهید. با صدای بلند و کوتاه حرف بزنید. با زبان خود صداهایی در بیاورید. زمزمه کنید. به نوبت این کارها را با هم انجام دهید و صداهایی که او تولید می کند تکرار کنید. کودک تان را طوری قرار دهید که صورت تان رو به روی هم قرار گیرد، اینگونه وقتی شما صداهای او را تولید می کنید، کودک تان شما را می بیند.

به وسیله لوازم خانگی معمولی مانند قاشق‌های اندازه گیری و فنجان‌های پیمانه، اسباب بازی‌هایی با صداهای جذاب بسازید و آن‌ها را از جایی که در دسترس کودک است و می تواند به آن‌ها ضربه بزند به صورت ردیفی آویزان کنید. اجازه دهید کودک برای بررسی و تکان دادن، آن‌ها را در دستانش بگیرد.

در حالی که کودک تان را به پشت خوابانده اید، یک اسباب بازی را در معرض دید او اما دور از دسترس قرار دهید. یا یک اسباب بازی را در محدوده دید او حرکت دهید. او را تشویق کنید برای گرفتن اسباب بازی غلت بزند.

کودک خود را طوری روی مندلی یا مندلی ماشین قرار دهید تا تمامی فعالیت‌ها را ببیند. کاری را که انجام می دهید برای او شرح دهید. اجازه دهید کودک ببیند، بشنود و اشیاء معمولی را لمس کند. شما می توانید وقتی در حال انجام کارها هستید، به کودک خود توجه کنید.

کودک تان دوست دارد اسباب بازی‌ها را روی زمین بریزد. کمی وقت بگذارید و بازی «برو و بیا» را انجام دهید. این کار به کودک کمک می کند تا جمع آوری اشیاء را یاد بگیرد. به کودک جعبه ای دهید تا تمرین کند اسباب بازی‌ها را در آن بیاورد.

کودک تان را رو به روی خود قرار دهید، کودک می تواند حالت‌های صورت تان را ببیند (لبخند، بیرون آوردن زبان، بالا بردن ابروان و فوت کردن) نوبت را به کودک تان بدهید تا این کارها را انجام دهد و کارهای او را تکرار کنید.

