

آموزش مکاتبه اه اولیاء (بازء هاءء كودكان و نوجوانان آپارتمان نشین)

غمگین و سرخورده در کنجی نشسته. طفل معصومی که گناه او زندگی در آپارتمان است، بی گناه به همین جرم محکوم به حبس در 4 دیواری به نام آپارتمان شده است و گاه و بیگاه کنکاش درونی کودکانه او با ناملایمات زندگی نوین او را در بغضی کودکانه فرو می برد و آنگاه با نگاه به پاکی نگاه های بی رمق او، پی می بریم که در احقاق خواسته های آنها کوتاهی کرده ایم!

بازی مهمترین نقش را در دوران پرورش روانی- فکری کودکان برعهده دارد. بدون تردید بازی بچه ها را باید به عنوان یک ضرورت حیاتی مورد توجه قرار داد. همچنان که کارشناسان پرورشی تاکید می کنند در بازی های مفید، کودکان در لابه لای قیل و قال های گروهی، نقش و نگار سال های آتی خود را به تصویر می کشند.



شاید دیگر نتوان پدر و مادری را یافت که از اهمیت و نقش بازی در رشد شخصیت و پرورش هوش و عواطف کودکان بی خبر باشند! اما امروزه متأسفانه به دلیل مشغله های زیاد والدین و نیز فضاهای محدود زندگی به ویژه در آپارتمان های کوچک فرصت بازی های متنوع و همراه با شور و هیجان از بسیاری از کودکان سلب شده است، بنابراین والدین باید بتوانند با تلاش و دقت این محرومیت جدی را جبران کنند.

همه ما دوست داریم کودکانی با استعداد و باهوش داشته باشیم، اما شاید نمی دانیم که چگونه می توانیم به رشد استعداد های بالفعل کودکان، کمک کنیم. مهم ترین راه حل برای کمک به رشد کودک زیر شش سال، بازی کردن است. اگر محیط را غنی کنیم و کودک را در کسب اطلاعات و تجربه ها، در یک فضای امن و مناسب، همراهی کنیم، او با احساس خوب، بازی می کند و بازی، یک بازی سازنده می شود. احساس خوبی که کودک، از بازی با والدین پیدا می کند، در همه ابعاد زندگی او و والدین، اثر می گذارد و بسیاری از ناهنجاری های رفتاری کودکان را کم می کند یا از بین می برد.

۱- بازی تشخیص جهات (هدف: جهت یابی، دقت، تمرکز) قابل اجرا از ۵ سالگی : این بازی می تواند به شکل انفرادی یا با تشکیل چند گروه ۲ نفره انجام شود. در گروه های ۲ نفری چشمان یکی بسته می شود و نفر دیگر به عنوان راهنما فقط با دادن علامت چپ، راست، جلو، عقب، زیر، رو، بالا، پایین فرد دیگر را راهنمایی می کند تا شیء مورد نظر را پیدا کند. در شکل انفرادی همه افراد گروه به عنوان راهنمای فرد هستند. در این بازی، زمان مطرح است.

۲- بازی تقلید صدای حیوانات (هدف: افزایش دامنه توجه، مهارت های کلامی، رفع خجالت، نشاط) قابل اجرا از ۳ سالگی به هریک از کودکان یک شماره می دهیم و به آن ها می گوئیم که هر فرد با شنیدن شماره اش باید صدای یک حیوان را تقلید کند مثلاً شماره یک صدای جوجه، و... سپس یک شماره انتخاب می شود و فرد باید با شنیدن شماره، صدای حیوان مورد نظر را تقلید کند. کسی که شماره اش را فراموش کند یا نتواند به موقع صدای حیوان را تقلید کند بازنده است.

۳- بازی نشست و برخاست (هدف: افزایش دقت، سرعت عمل، تحریکات جسمی و مغزی) قابل اجرا از ۳ سالگی به کودکان توضیح داده می شود که وقتی می گوئیم بنشینید باید بایستید و وقتی می گوئیم بایستید باید بنشینید یعنی برعکس حرف گوینده عمل کنید. برنده کسی است که بدون اشتباه به دستورات عمل کند.

۴- بازی کلمه سازی (هدف: آموزش حروف، کلمه سازی با حروف، دقت) قابل اجرا از ۷ سالگی از کودکان خواسته می شود که یک شیء را در اتاق پیدا کنند که حرف اول آن مثلاً « ب » باشد این بازی را با حروف مختلف اجرا می کنیم و برنده بازی کسی است که موفق به پیدا کردن اشبای بیشتری شده باشد.

۵- بازی نقش معکوس (هدف: درک احساسات دیگران، آموزش مسائل اجتماعی و عاطفی - بیان خود) قابل اجرا از ۶ سالگی: ابتدا ۲ صندلی را مقابل یکدیگر قرار می دهیم و سپس از کودک می خواهیم که نقش معلم یا پدر و مادر را به صورت نمایشی بازی کند. کودک باید روی یک صندلی نقش خودش را بازی کند و بر روی صندلی دیگر نقش فرد مقابل خود را که می تواند معلم، خواهر، پدر یا مادر باشد. این بازی می تواند با انتخاب موضوع نیز اجرا شود به این صورت که به کودک می گوئیم روی یک صندلی نقش معلم را بازی کند و روی صندلی دیگر نقش دانش آموزی را بازی کند که تکالیف خود را نوشته است.

۶- بازی نقش (هدف: آموزش مسائل اجتماعی، برخورد با موقعیت های مختلف، رفع خجالت) قابل اجرا از ۶ سالگی از کودکان خواسته می شود نقش های مختلف را بازی کنند، این کار می تواند به صورت انفرادی یا به صورت گروهی و حالت تئاتر اجرا شود. کودکان می توانند از قبل با یکدیگر هماهنگی کنند و می توانند به شیوه رقابتی و به وسیله ۲ گروه نیز این نمایش ها را اجرا کنند. نقش ها و موضوعات می تواند در مورد مسائل خانوادگی (نقش پدر، مادر، خواهر، برادر و...) مسائل مدرسه و مهد کودک (معلم و مربی، مدیر، ناظم، دانش آموزان، سرایدار و...) مسائل اجتماعی (احوال پرسی، خداحافظی، احترام به دیگران، پرهیز از خشونت با نمایش دعوای ساختگی) و مواردی از این قبیل باشد.

۷- بازی با کاغذ (هدف: تقویت مهارت های حرکتی ظریف، دقت - سرعت عمل - تخلیه هیجانی) قابل اجرا از ۳ سالگی با کاغذ می توان بازی های گوناگونی به صورت گروهی انجام داد. از کودکان می خواهیم کاغذهای باطله را در مدت زمان تعیین شده پاره کنند. هر کسی کاغذ را به قطعات کوچک تر تقسیم کرد برنده است یا این که از کودکان می خواهیم کاغذهایی را که مقابلشان قرار دارد مجاله و سپس در سبد وسط اتاق پرتاب کنند یا بر روی کاغذ باطله با خودکار یا مداد خط خطی کنند، هر کسی در مدت زمان تعیین شده سطح بیشتری را رنگ کند برنده است.

بازی دیگر، با قیچی و کاغذ است، کودکان باید به وسیله قیچی طرحی را روی کاغذ به شکل ماریچ، خط صاف یا زیگزاگ برش بزنند. « کاغذ و تا » یکی دیگر از بازی هاست که کودکان اشکالی را که می توانند با کاغذ درست کنند به بچه های دیگر نشان می دهند یا راهنما مراحل درست کردن کاردستی با کاغذ را قدم به قدم به کودکان آموزش می دهد.

۸- بازی به فرمان من (هدف: دقت و تمرکز، تحریک حافظه، تحرک و نشاط) قابل اجرا از ۴ سالگی کودکان با اعلام شماره یک روی صندلی می ایستند، با شماره ۲ روی صندلی می نشینند، با شماره ۳ راه می روند، با شماره ۴ می ایستند و با شماره ۵ روی زمین می نشینند. برنده بازی کسی است که اشتباه های کمتری داشته باشد.

۹- بازی گرگم به هوا (هدف: تحرک، نشاط، سرعت عمل، دقت) قابل اجرا از ۳ سالگی: کودکان به دور صندلی ها

۱۴- **منج بازی**: بازی ساده، سرگرم کننده و گروهی. نام اصلی آلمانی آن این بوده است Mensch! rger dich nicht: به معنی: «عصبانی نشو مرد!» علتش هم این است که وقتی مهره بازیکنی توسط مهره بازیکن دیگری جایگزین می شود بازیکن اول می بایست دوباره به خانه نخست برگردد و همین موجب عصبانی شدن و یا جوش آوردن او می شود.

۱۵- **حدس بزنی**: این بازی هم یکی از شادترین و سرگرم کننده ترین بازی های داخل خانه است. این بازی این طور اجرا می شود که شما یک کلمه را که برای طرف مورد بازی یک خاطره دارد و یا به آن علاقه مند است را روی یک تکه کاغذ نوشته و روی پیشانی او بچسبانید. بقیه افراد با دادن راهنمایی به او کمک می کنند تا آن کلمه را حدس بزنند. این بازی خیلی شاد و سرگرم کننده است و افراد را یاد خاطرات خوب گذشته شان می اندازد.

۱۶- **بیسست سوالی**: دو گروه بازیکن روبروی هم قرار می گیرند. گروه اول بین خودشان چیزی را به عنوان موضوع انتخاب می کنند. گروه دوم با مطرح کردن حداکثر 20 سوال باید به آن موضوع برسند. پاسخ سوالها فقط باید بله یا نه باشد. گروهی که بتواند با سوالات کمتر به پاسخها دست پیدا کند، برنده است.

۱۷- **بشین و پاشو**: همه افرادی که قرار است بازی کنند در یک محوطه نزدیک هم می ایستند، یک نفر به عنوان سردسته انتخاب می شود و کلماتی مثل: بشین، پاشو، نشین، پانشو را به طور تصادفی و نامرتب ادا می کند و آن ها موظف به اجرای حرکات دستور داده شده هستند. تأخیر و اشتباه در اجرا، به منزله خطاست و بازیکن خاطی خود به خود از بازی خارج می شود. یادش بخیر وقتی نسل ما پدر و مادرهای امروزی -و حتی نسل های پیش از ما- دوران کودکی خود را می گذرانیم، فرصت کسب تجربه های بسیار خوبی را داشتیم؛ مثل تجربه کشف طبیعت با بازی های هیجان انگیزی که همراه دیدن و بالا و پایین پریدن بود. خیلی کم پیش می آمد که به ما بگویند: «ندو، همسایه پایینی!»، «داد نزن، همسایه بالایی!» و... از این نظر باید برای کودکان امروزی که از خانه، فقط درک آپارتمانی دارند، دل بسوزانیم، حال آن که بازی برای کودکان مانند اکسیژن ضروری است. از طرفی وقتی برای والدین امکان فراهم کردن شرایط فضاهایی از این قبیل نیست، نمی توان به آن ها فشار آورد. متأسفانه برای بیشتر خانواده های امروزی امکان برخورداری از خانه های بزرگ که دارای حیاط، حوض آب و باغچه باشد، نیست و در پی آن امکان انجام برخی بازی های هیجان انگیز و همراه با سر و صدا که نیاز کودک هم در آن پاسخ داده می شود، هم وجود ندارد؛ حال باید چه کرد؟ دست روی دست بگذاریم و غصه بخوریم؟

هر انسان عاقلی به این سؤال پاسخ منفی می دهد، از سوی دیگر نیاز به آموزش و راهنمایی والدین برای مدیریت این محدودیت ها و البته بهره مندی درست از آن ها وجود دارد. بر این اساس تصمیم گرفتیم با استفاده از تجربیات کارشناسان به آموزش بازی های هدفمند برای افزایش هوش کودکان به ویژه در آپارتمان های مسکونی بپردازیم. امید که با ارائه و اجرای این بازی ها برای دانش آموزان کودک و نوجوان آپارتمان نشین گامی در جهت احقاق حقوق فرزندان دلبندمان و پرورش خلاقیت و استعداد آنها برداریم.

ستاد تربیتی و پرورشی دبستان امام حسین (علیه السلام) شماره ۲

می چرخند و راهنما نام یکی از آن ها را صدا می زند و او گرگ می شود و دنبال بقیه بچه ها می کند ، کودکان دیگر باید روی صندلی بنشینند.

۱۰- **پرتاب توپ**: مواد لازم: تعدادی جوراب و روزنامه باطله، یک سطل گروه سنی: دو تا چهار سال می توانید با قرار دادن جورابها داخل هم، توپ های رنگی کوچک درست کنید. همچنین با مجاله کردن روزنامه باطله هم می شود توپ هایی با شکل و اندازه های مختلف درست کرد. با کودک، سرگرم درست کردن توپها از جورابها و روزنامه ها شوید. هنگامی که درست کردن توپها تمام شد، سطل را در فاصله ای معقول از کودک قرار دهید و از او بخواهید که توپ هایش را به داخل سطل پرتاب کند. این بازی هیجانی، هم بین کودک و والدین، هیجان مشترک ایجاد می کند، هم با هماهنگی چشم و دست، در رشد کودک، موثر است. همچنین می توانید با مکالمات ساده هنگام بازی، تفاوت بین بافت روزنامه و جوراب و مفهوم زبری و نرمی را به او بشناسانید.

۱۱- **بازی حفظ تعادل**: مواد لازم: تعدادی بالش و کوسن در اندازه های مختلف. بازی با بالش ها را به اشکال مختلف می توان انجام داد. در واقع، در زمستان که به دلیل سرما و آلودگی هوا، محدودیت بیش تری برای بازی بچه ها وجود دارد، این بازی، به تخلیه انرژی آن ها کمک می کند. با قرار دادن دو بالش روی هم، از کودک بخواهید که روی آن ها بایستد. اگر توانست تعادلش را حفظ کند، تعداد بالش ها را اضافه کنید. می توانید با قرار دادن یک پشتی روی مجموعه بالش ها، الاکلنگ درست کنید و از کودک بخواهید که روی آن ها راه برود. می توانید کودک را تشویق کنید که از فاصله ای، به سمت تپه های بالشی بدود. این بازی ساده، به کودک کمک می کند که آمادگی استفاده بهتر از توان جسمی خودش را پیدا کند. همچنین یک بازی هیجانی است که باعث تخلیه انرژی کودک می شود البته به شرط این که همسایه پایینی تان، گوشش سنگین باشد. ۱۲- **بازی بازی با نی**: مواد لازم: یک بسته نی؛ بهتر است به رنگ های مختلف باشد. نی، به دلیل شکل، رنگ و ماهیتش، برای بچه ها، بسیار جالب توجه است. با نی، بازی های مختلفی می توان انجام داد که در اینجا، فقط یکی از این بازی ها را معرفی می کنیم. تعدادی نی در دسترس کودک قرار بدهید و از او بخواهید که با استفاده از آن ها، یک شکل بسازد. با قرار دادن یک قیچی در دسترس کودک، می توانید اندازه نی ها را تغییر دهید و به شکل هایی که با نی ساخته می شود، تنوع ببخشید. در مرحله بعد، با دادن چسب و مقوا به کودک، می توانید از او بخواهید که اشکالی را که با نی می سازد، روی مقوا بچسباند. این بازی، برای تقویت هماهنگی چشم و دست و تقویت ماهیچه های کوچک در کودکان، مفید است.

۱۳- **پانتومیم یا لال بازی** (یک بازی گروهی است که با استفاده از نمایش بی کلام انجام می شود.) یکی از قشنگ ترین و خنده دارترین بازی هایی که می شود در این مواقع انجام داد، بازی پانتومیم است. افراد به دو گروه تقسیم می شوند. یکی از گروه ها یک کلمه انتخاب می کند و به یک نفر از افراد گروه مقابل می گوید. این فرد با اجرای پانتومیم باید در زمان مشخص افراد گروه خودش را به کلمه مورد نظر برساند بقیه افراد گروه می توانند صحبت کنند و سوالاتی بپرسند، و کسی که پانتومیم را اجرا می کند می تواند با ایما و اشاره به آن ها جواب دهد. هر گروه مدت زمان خاصی (مثلاً ۳ دقیقه) فرصت دارد تا کلمه مورد نظر را بیابد. در هر دور، گروهی که کلمه را صحیح حدس زده است، یک امتیاز می گیرد و گروهی که در تعداد دورهای مساوی، امتیاز بیشتری گرفته، برنده است. در این بازی می توان از نام وسایل، موجودات، مکان ها، صفت، نام اشخاص، نام های کارتونی، تخیلی، خنده دار و کلمات دو واژه، سه واژه و... استفاده نمود.

