

توصیه‌هایی برای تکامل کودک

سرگرمی و فعالیت‌های اجتماعی - احساسی

یادگیری فرزندان را از راه بازی‌ها تحریک کنید.
انجام این فعالیت‌ها را برای کودک و خودتان لذت بخش کنید.
تلاش‌های فرزندان را تحسین کنید.



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

برنامه مخصوص کودک خود را
یاد بگیرید و سعی کنید این برنامه را به
یک برنامه منظم و روزانه معمول برای
خوردن، خوابیدن و تعویض پوشک
تبدیل کنید. با کودک خود در مورد این
برنامه‌ها صحبت کنید. این کمک می‌کند
کودکتان احساس امنیت و آرامش کند.

کودک خود را برای دیدن اشیاء جدید
به مکان‌های جدید ببرید. برای قدم
زدن به پارک یا مرکز خرید بروید. وقتی
شما او را در جای امنی نگه می‌دارید، او
از دیدن اشیاء جدید بسیار لذت می‌برد.

اجازه دهید کودک خود را
غذا بخورد و از قاشق و فنجان
استفاده کند. او از انجام
کارهای لذت می‌برد.

وقتی کودک گریه می‌کند،
پاسخگوی او باشید. برای آرام کردن او
در گوشش زمزمه کنید. او را در آغوش
بگیرید و به آرامی با او صحبت کنید.
این کار به او کمک می‌کند
تا بداند شما همیشه هستید و
دوستش دارید.

دوستی را که نوزاد یا کودکی دارد
ملاقات کنید. نزدیک کودک خود
بمانید و به او بفهمانید این افراد
جدید، خوب هستند. برقراری
ارتباط با آن‌ها زمان می‌برد.

وقتی به او غذا می‌دهید، لباس
می‌پوشانید و یا پوشکش را عوض
می‌کنید نامش را بر زبان آورید، مثلاً
بگویید این انگشتان دست راست
است، این پای راست است.

با کودک خود روی زمین بنشینید
و با او بازی‌های مخصوص او را
انجام دهید. به اسباب بازی‌ها،
کتاب‌ها یا اشیاء با هم نگاه کنید. با
هم تفریح کنید، بخندید و از با هم
بودن لذت ببرید.

زمان حمام، زمان مناسبی برای
تفریح و نزدیک شدن به کودک است.
است. لیف، فنجان پلاستیکی، لباس
شسته شده، اسباب بازی‌های ساده
و ارزان برای بازی با کودک در حمام
هستند.

