

کودکانی سالم ، شاد و مشتاق یادگیری

نسرین چشمه پور

انتشارات امیر محمد

تلفن: ۶۶۷۴۳۵۱۷ - ۶۶۷۳۷۵۶۲ تهران

تلفن همراه: ۰۹۱۲۱۰۰۹۹۴۶

تلفکس: ۶۶۷۰۸۰۷۴

سرشناسه	:	چشمه پور، نصرین، ۱۳۴۹
عنوان و نام پدید آور	:	کودگانی سالم، شاد و مشتاق یادگیری/نصرین چشمه پور
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات امیر محمد ۱۳۹۰
مشخصات ظاهر	:	۹۶ ص: مصور رنگی
شابک	:	۹۷۸-۹۶۴-۲۶۰۲-۱۵-۵
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	آمادگی برای ورود به مدرسه
رندندی کنگره	:	۱۳۹۰ ۹۵/۱۱۳۱LB
رده بندی دیویی	:	۱۵۲/۳۳۴
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۴۸۶۰۱۱

کتاب حقوق چاپ و نشر مخصوص ناشر است

انتشارات امیر محمد: تهران شماره تلفن ۶۶۷۴۳۵۱۷ - ۶۶۷۳۷۵۶۲

شماره همراه: ۰۹۱۲۱۰۰۹۹۴۶

نام کتاب: کودکانی سالم، شاد و مشتاق یادگیری

تهیه و تدوین: نصرین چشمه پور

چاپ اول: پاییز ۱۳۹۰

ناشر: امیر محمد

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

ویراستار: مریم چشمه پور

حروفچینی و صفحه آرایی: محمد چشمه پور

طرح جلد: محمد چشمه پور

لینوگرافی، چاپخانه و صحافی: طیف نگار

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۰۲-۱۵-۵

این کتاب با مشارکت موسسه فرهنگی هنری خانه پارسی دوستان به چاپ و نشر رسیده است.

پیشگفتار:

شما می توانید آنچه را که می خواهید داشته باشید، اگر بدانید که چگونه به آن در اندیشه هایتان شکل بدهید. هیچ رویایی نیست که به حقیقت نپیوندد، اگر بیاموزید که از قدرت آفریننده در خویشتن استفاده کنید.

تقدیم به تمام مادران و پدران خوب ایرانی

نسرین چشمه پور

www.ketab.ir

سخن ناشر:

هر معلم و آموزگاری قطره ای از دریای بیکران و فکر و اندیشه خویش را در راستای آموختن به نسل ایران زمین از ثمره زندگی خود هدیه می کند، که این هدیه شاید در عالم مادی سزاوار جبران نباشد ولی در دنیای معنویت شاخصی بینهایت داشته، که فقط خداوند قادر که خود اولین معلم بشریت بوده میزان رای و انشای یاری را در اعمال آموزگاران و معلمین توسط فرشتگان مقرب خویش نوشتار می نماید.

عبدالله رفیعی

مدیر انتشارات امیر محمد

فهرست

۹	مقدمه.....
۱۱	تغذیه در سنین مدرسه.....
۲۷	بهداشت روانی در نظام خانواده.....
۳۴	پایه ریزی اعتقادات.....
۴۰	پر خاشگیری در دنیای کودکان.....
۴۶	چگونه به حرف های کودکان گوش دهیم؟.....
۵۲	اهانت کودکان به بزرگترها.....
۵۷	اصول پیشنهادی جهت پدر و مادر خوب بودن.....
۶۲	پرورش مهارت های کودک.....
۶۸	عوامل موثر در خواندن.....
۷۱	آشنایی با وسیله ها: (کیف ، مداد ، تراش ، پاک کن ، مداد رنگی).....
۷۵	بهداشت.....
۷۸	سلامتی.....
۸۱	بیماری های شایع در کودکان دبستانی.....
۸۱	چاقی.....
۸۵	مشکلات گوارشی.....
۸۵	آبله مرغان.....
۸۷	عفونت های ویروسی.....
۸۹	حساسیت های غذایی.....
۹۰	فساد دندان.....
۹۵	منابع

مقدمه

برای ورود به مدرسه لازم است که کودک از نظر جسمی ، عاطفی، هوشی و ذهنی به رشد کافی رسیده باشد. اغلب والدین تصور می کنند همین که کودکان آنها از نظر هوشی و ذهنی آمادگی نسبی داشته باشند برای رفتن به مدرسه کاملاً آماده اند و در این امر بسیار تعجیل می کنند در حالی که علاوه بر آمادگی هوشی و ذهنی ، کودک باید از لحاظ جسمانی و مهمتر از آن از نظر عاطفی نیز آمادگی کافی داشته باشد زیرا فضای مدرسه از نظر عاطفی با محیط خانواده بسیار متفاوت است. کودکی که هنوز به جو عاطفی خانواده نیاز دارد ، ولی از آن جدا شده به مدرسه فرستاده می شود ممکن است دچار ناسازگاری رفتاری شود پاسخ مثبت به سوالات زیر ، آمادگی عاطفی کودک را در محیط مدرسه نشان می دهد.

آیا کودک می تواند اوقات خود را با همسالان بگذراند و مدت زمان طولانی با آنها بازی کند.

آیا کودک ، بزرگسالان جدید را دوست دارد و می تواند به سرعت با آنها سازگاری پیدا کند.

آیا کودک هر وظیفه ی ساده ای را که بر عهده گرفته ، بدون کمک می تواند انجام دهد.

آیا کودک می تواند لباسش را بپوشد و به تنهایی به دستشویی برود و نظافت کند.

آیا کودک مفاهیمی مثل بالا، عقب، جلو و رنگ ها را به خوبی می داند.

آیا کودک اسم و فامیل خود را می داند و می تواند تا ۱۰ بشمارد او آماده است به کلاس اول برود و شما شاد هستید. اما این شادی با اضطرابی سخت همراه است. با اضطرابی که نمی توانید آنها را نادیده بگیرید.

از اطرافیان می شنوید که پایه ی اول، پایه ی سختی است. به دنبال بهترین مدرسه، معلم و بهترین ها برای فرزندان شما هستید برای کم کردن این اضطراب و همچنین برای آسان تر کردن و هموارتر کردن راهتان باید دست به کار شوید. همین الان آغاز کنید کارهایتان را مرتب کنید و بچه ها را حاضر کنید. توصیه هایی برای آماده سازی کودکان برای ورود به کلاس اول، شاید بتواند چراغ راه پرفراز و نشیب تان باشد.