

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

چهار فصل سرگرمی برای بیش دبستانی‌ها

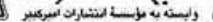
مجموعه فعالیت‌های آموزشی خلاق

برای کودکان ۶ تا ۱۰ ساله

کتاب اول / سرگرمی‌های بهار

نوشته: تریش کافنر

برگردان فارسی: حسین فدایی حسین



اقتصاد کلّی و حزّنی (به جز اقتصاد حزّنی در نقد و بررسی)، و اقتصاد در گروه در مستند نویسی و مانند آنها بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

فهرست

۴	مقدمه
۸	پیشرفتار
۲۱	بازی های روزانه
۵۹	بچه ها در آشپزخانه

مقدمه

اگر قرار بود کودکم را دوباره تربیت کنم

اگر قرار بود کودکم را دوباره تربیت کنم،
بیشتر نقاشی با انگشت را به او یاد می‌دادم تا اینکه با انگشت برایش خط
و نشان بکشم.

کمتر با او می‌خاستم و بیشتر ارتباط برقرار می‌کردم.
چشم او را پاییدن او برمی‌داشتم و فقط او را نظاره می‌کردم.
کمتر به او می‌خاستم و بیشتر به مراقبت می‌پرداختم.
بیشتر با او می‌خاستم و بیشتر به یاددادن بازی می‌کردم.
کارهای جدی و تناسلی را با او می‌خاستم و جدی‌تر بازی می‌کردم.
بیشتر در دشت و زمین می‌دویدم و به ستاره‌ها خیره می‌شدم.
بیشتر او را در بغل می‌فشاردم و کمتر زور می‌گفتم.
کمتر سختگیری و بیشتر تشویق می‌کردم.
اول عزت نفسش را می‌ساختم و بعد برای او خانه بنا می‌کردم.
کمتر عشق قدرت و بیشتر قدرت عشق را به او می‌آموختم.

دایان لومانز^۱

اگرچه رتق و فتق امور و تأمین نیازهای یک نوزاد برای والدین تازه‌کار، سخت است، اما معمولاً طولی نمی‌کشد که اکثر آنها به روشی تعویض پوشک، غذا دادن، نگهداری و خواباندن نوزادانشان را یاد می‌گیرند. همین که نوزاد پا می‌گیرد، بیشتر والدین می‌توانند از عهده تمیز کردن جایش، غذا درست کردن - غذایی که کس دیگری نمی‌خورد - جور کردن اسباب‌بازی

و لباس و البته رختشویی و رختشویی برآیند. اما از مرحله راه رفتن که می‌گذرند و به مرحله خردسالی و پیش‌دبستانی می‌رسند، نیازهایشان به نحو چشمگیری تغییر می‌کند. تعداد کمی از والدین آمادگی رویارویی با نیازهای روزانه زندگی یک خردسال را دارند اما بیشتر آنها این شرایط را چالشی دائمی در تقابل با نیازهای جسمی، روانی، عاطفی و روحی خود می‌دانند.

اولین بار، زندگی با یک خردسال را طی زمستانی بارانی و در منطقه‌ای ساحلی در کانادا تجربه کردم. دختر بزرگم، «آندریا» سه ساله و خواهرش، «امیل» تقریباً دو ساله بود و «جاشوا» ی نوزاد هنوز شش ماه بیشتر نداشت. در آن ایام میل به حال یادگیری دستشویی رفتن بود و جاش حداقل هر دو ساعت یک بار باید سیر می‌شورد. آندریا که خوش‌اخلاق و شیرین بود و زود آرام می‌گرفت، کم‌کم مشکل ادراری پیدا می‌کرد. با ادامه بارندگی، اخلاقی دمدمی‌تر می‌شد. نیاز داشت کارهای تاز به کند و تجربیات تازه او را به جنب و جوش وادارد، اما اکثر انرژی و وقت من صرفاً دوپه کوچک‌تر می‌شد. با گذشت روزها، درماندگی‌ام بیشتر شد و دچار شک و تردیدهای متعددی در توان مادری خود شدم. همیشه درباره اهمیت «کسیت زمانی» بودن با کودک شنیده بودم؛ اما در آن روزهای بارانی به نظر می‌رسید که نظر کمی زمان بدون کیفیت زیادی داشتم!

در حالی که می‌دانستم همیشه نمی‌توانم همه چیز را برای مشغول کردن او رها کنم، فهمیدم که باید کاری کنم تا بتوانم برای کودک خردسال محیطی با خلاقیت و جنب و جوش بیشتر فراهم کنم. فهمیدم باید فعالیت‌هایی باشد که هم او را سرگرم کند، هم برایش چالش برانگیز باشد. ایده‌هایی برای پروژه‌های کوچک لازم داشتم تا با هم روی آنها کار کنیم؛ اما چیزهایی هم می‌خواستم که در مواقعی که من مشغول کاری هستم، او بتواند به تنهایی انجام دهد. از آنجا که زندگی ما فقط با تکیه بر درآمد

شوهرم می‌چرخد، پس به فعالیت‌هایی نیاز داشتم که با استفاده از وسایل موجود در خانه انجام گیرند.

شروع به چیدن دوباره خانه کردم تا بهتر بتوانم تغییراتی را که خانواده لازم داشت دربابم. همه نوع وسایل سرگرم‌کننده و جالب را برای بازی‌هایمان جمع می‌کردم. فکرم را بیشتر سازماندهی می‌کردم و سعی داشتم روی چیزهایی تمرکز کنم که بتوانیم با هم انجام دهیم. کمی هم به خودم استراحت دادم و یاد گرفتم همراه بچه‌هایم از شادی‌های کوچک و ساده آنها لذت ببرم. وقتی کمابیش احساس کردم کنترل اوضاع را در دست دارم، دوباره اعتماد به نفس در توانایی‌های مادری‌ام به من برگشت. اما به هیچ وجه ادعای «تخصص» ندارم، اما تجربارب هر روزه من در خانه با بچه‌ها به چک و چک به من یاد داد چه چیزی به کار می‌آید و چه چیزی نه. مجموعه کتاب‌های **چهار فصل سرگرمی** سرشار از ایده‌ها و فعالیت‌هایی است که نیازهای من به عنوان مادر و نیازهای بچه‌هایم را طی سال‌های پرچالش من از مدرسه تأمین کرد. این کتاب‌ها حاوی پیشنهادهایی است برای همه سنین و موقعیت‌ها، داخل و خارج خانه، اوقات آرام و نه‌چندان آرام در تمام فصول سال. اگرچه این کتاب‌ها را مادری خانه‌دار به عنوان منبع اطلاعات برای افراد در همان شرایط نوشته، اما مطمئن باشید برای هر کس که در زندگی با بچه‌ها، کودک خردسال سر و کار دارد مناسب است: مادران یا پدران، مادر بزرگ یا پدربزرگ‌ها، عمه‌ها و خاله‌ها و دایی‌ها و عموها، پرستاران بچه، مربیان مدرسه، معلمان پیش‌دبستانی، آموزگاران مذهبی یا مربیان ورزش‌ها و بازی‌های گروهی. اگر در جستجوی کتاب خوبی درباره نحوه برخورد و رفتار با پیش‌دبستانی‌ها هستید، این کتاب‌ها به کارتان می‌آید.

با اینکه بسیاری از ایده‌های طرح شده در این کتاب‌ها ممکن است تا مدت‌ها پس از مرحله خردسالی هم برای کودک شما سرگرم‌کننده

باشد، اما بیشتر برای کودکان سنین ۳ تا ۶ سال مناسب است. از آنجا که توانایی‌های بچه‌ها در این دامنه سنی بسیار متفاوت است، بعضی ایده‌ها برای کودک سه ساله، بسیار پیشرفته و بعضی نیز برای کودک پنج یا شش ساله، بسیار ساده هستند. پس در انتخاب فعالیت‌ها نهایت دقت را به عمل آورید تا با ظرفیت‌ها و علایق کودکان متناسب باشند و خودتان نیز ر مواقع لازم آماده نظارت بر آنها باشید.

پیش از آنکه کودک خود را بشناسید، خواهد رفت. اثر انگشتان او روی دیوار بلندتر بلندتر می‌شوند، بعد ناگهان محو می‌گردند.»

دروتنی اوسلین^۱

همراه کودک در سال‌های اول لذت ببرید! اگرچه گاهی به نظر می‌آید که آنها هیچ وقت بزرگ نمی‌شوند، اما دائم در حال رشد هستند. روزهای طولانی به‌ظاهر بی‌پایان به تدریج جای خود را به روزهایی می‌دهند که با وجود آنها دیگر وقت کافی ندارید که زمانی که زمانی برای هر چیز به شما نیاز داشتند، کمتر و کمتر به شما نیاز خواهند داشت و روزهای پیاده‌روی‌های آهسته، بازی‌ها و چرت‌های بی‌مناظر، خاطراتی شیرین و دور خواهند بود. امیدوارم شما و کودکان شما فراوانی پر از فرصت‌های بازی، رشد و یادگیری در کنار هم داشته باشید.

تریش کسمر^۲

پیش گفتار

کمک! من یک خردسال دارم.

«یک مادر خوب و خانه‌دار باید مبتکر و سازنده باشد، باید بازی‌های خلاقانه ارائه دهد و تخیل خود را بسازد. یک مادر واقعاً خوب و خلاق باید زنی فوق‌العاده باشد. باید طی ساعات روز بیشتر اوقات خود را با فرزندش بگذراند و مراقبت کند که فقط او و فرزندش هستند و او احساس می‌کند که هر لحظه مسک است و یواژه شود.»

میریل استریپ^۱

خردسالان! آنها آخرین مرحلهٔ پرستش سال تولدشان ناگهان پدیدار نمی‌شوند. این اتفاق آن قدر کند رخ می‌دهد که شما اصلاً متوجه آن نمی‌شوید؛ اما یک روز می‌بینید که کودک نوپای کوچک و سر به هوا و گیج شما دیگر نیست و به جای او خردسالی پرتیزی، بسیار کنجکاو، گاهی مصمم (برخی ممکن است آن را لجوج نامند) و بسیار ماجراجو دارید. پیشرفت‌هایی حاصل می‌شود؛ مثلاً دیگر پوشک نمی‌خاهد، شیشه و پستانک نمی‌خورد و تا حدی بعضی کارهایش را خودش انجام می‌دهد. احتمالاً قوانین خانه را می‌داند و نیاز به مراقبت دائم ندارد. والدین اغلب پس از سال‌های نوزادی و نوپایی، مرحلهٔ خردسالی و پیش دبستانی را بسیار فرح‌بخش و خوشایند می‌بینند.