



باز هم کودکی باز هم زندگی

راهکارهای عملی و کاربردی

جهت فعالیت فرهنگی

با مخاطب کودکان

در شرایط بحرانی

مركز الأبحاث والدراسات



فهرست مطالب

مقدمه	۱
آنچه که یک مربی باید بداند؟	۳
کهدکان در شرایط بحرانی	۶
چگونگی برخورد با کهدکان در شرایط بحرانی	۱۰
بازی، مؤثرترین راه ارتباطی با کهدکان (ویژه بالای ۷ سال)	۱۷
قواعد و قوانین بازی	۱۸
انواع بازی	۲۳
الف- مهارت‌های ریاضی	۲۴
ب- مهارت‌های اجتماعی	۳۳
ج- ادبیات	۴۲
د- علوم	۴۶
ه- هنر	۴۹
ی- مهارت‌های حرکتی	۵۱
بازی‌های مناسب برای کهدکان زیر هفت سال	۵۷
تقویت قوای جسمانی	۵۹
تقویت قوای ذهنی	۶۲
تقویت دست و رزی	۶۷
فهرست اسباب بازی‌های مناسب برای کهدکان زیر هفت سال	۷۴
پیوست قصه	۷۵

۷۸	جعبه شادی
۷۹	قصه دستاره‌ها
۸۴	پیهست شهر
۸۴	شهر ۱
۸۴	شهر ۲
۸۵	شهر ۳
۸۵	شهر ۴
۸۶	پیهست بازی فکری

مقدمه

هم‌زمان با وقوع زلزله در مناطق غرب کشور در آذر ماه سال ۹۶، جمعیت دانشجویی امام حسن مجتبی (ع) در اولین روزهای این حادثه ناگوار در شهر سرپل‌ذهاب حضور یافت و از آنجایی که در چنین حوادثی که به طور ناگهانی اتفاق می‌افتد، خسارات مالی و تلفات جانی توجه افراد را به خود جلب می‌نماید، جمعیت دانشجویی با راه اندازی پایگاه‌های ثابت و موقت غرفه‌های بازی و شادی، مخاطب اصلی فعالیت‌های خود را کودکان در معرض بحران قرار داد. خانه کودک دالاهو، در ایام آخر هفته تلاش می‌نمود تا برای کودکان لحظات مفرح و با نشاطی را فراهم آورد تا کمی از غصه‌هایشان همچون از دست دادن خانه، تعویق افتادن برگزاری کلاس‌های مدرسه، پایین آمدن سطح تحمل آنها، دور بودن از اسباب بازی‌های خود، زندگی در چادر در فصل سرد و پر بارش و مواردی از این دست را برای ساعاتی هم شده در ذهن کودکان کمرنگ نماید.

به دلیل شرایط جغرافیایی و اجتنابناپذیر بودن چنین حوادثی در کشور ممکن است شاهد این گونه حوادث در آینده باشیم، از این رو جمعیت دانشجویی تصمیم گرفت تجربیات خود را از

فعالیت در مناطق زلزله زده غرب کشور بسط داده و به طور کلی جزوه‌ای تدوین نماید تا افرادی که در چنین شرایطی برای کمک به مردم آسیب دیده می‌شتابند، چراغ راهشان باشد.

جزوه "کار با کودک در معرض بلایای طبیعی" شامل دو بخش اصلی است: ۱- اصول کار با کودک در این مناطق از نظر روانشناختی ۲- معرفی بازی‌های مناسب برای این کودکان. این بازی‌ها برای دو گروه سنی زیر ۷ سال و بالای ۷ سال گردآوری و همچنین در بخش انتهایی جزوه پیوست‌هایی از شعر، قصه و بازی‌های فکری ارائه شده است.

آنچه که یک مربی باید بداند؟

فعالیت به عنوان یک مددیار در مناطقی که دچار بلایای طبیعی شده اند، با فعالیت در مناطق محروم و حاشیه نشین از یک جنس نیست. اگر چه مربی که به مناطق حاشیه نشین می‌رود، باید این سوالها را بداند ولی در مناطقی که دچار بلایای طبیعی شده است، باید دقت ویژه تری داشته باشد به همین دلیل قبل از حضور در این مناطق توصیه می‌شود پاسخ این سوالات را با خود مرور نمایید:

۱- با چه نیتی راهی می‌شوم؟ ۲- چرا من؟! ۳- چه کاری از دست من ساخته است؟ ۴- من چه توانایی‌هایی دارم که اگر نروم بخشی از کار سامان نمی‌گیرد؟ ۵- آیا افراد دیگری هستند که این کار را انجام دهند؟ ۶- قرار است برای رفت و برگشت من (از بیت المال) چه قدر هزینه شود؟ ۷- چه مقدار تجربه و توانمندی برای انجام این کار دارم؟ همچنین توجه داشته باشید که مخاطب شما مردم رنج دیده ای هستند که صرف حضور شما موجب دلگرمی آنها است اما این مسئله نباید باعث شود که شما بدون مطالعه و تلاش در منطقه حضور پیدا کنید. افزون بر این، رفتن به منطقه ای که مردم شان بر اثر یک بلای طبیعی هست و نیست خود را در چند

لحظه کوتاه از دست داده اند، نیاز به استقامت روحی و آگاهی بیشتری برای حضور دارد. پس لازم است نکات زیر را مد نظر قرار دهید:

- ❖ در مقابل مشکلات و صحبت‌هایی که کودکان از گرفتاری‌های خانواده خود بیان می‌کنند، نباید راهکاری از سوی مربی ارائه گردد.
- ❖ سعی کنید در صورت نامطلوب بودن شرایط رفاهی کمترین شکایت را داشته باشید. چه از محل اسکان و چه وعده‌های غذایی که اغلب کنسرو است.
- ❖ خود را برای رویارویی با هر شرایطی آماده کنید. مثلاً در مناطق زلزله زده، تا ماه‌ها بعد وقوع پس لرزه بسیار محتمل است.
- ❖ مخاطب خود یعنی همان کودکان را خوب بشناسید و برای راحتی کار، آنها را بر اساس سن گروه بندی کنید.
- ❖ از همان ابتدا با بچه‌ها بالای هفت سال با قاطعیت، صمیمیت و کرامت برخورد کنید.
- ❖ با بچه‌ها همانگونه صحبت کنید که با یک بزرگتر صحبت می‌کنید، به آنها شخصیت دهید و دلایل مخالفت خود را برای انجام کارهایی که می‌توانید منطقی به کودک بگویید، توضیح دهید.

❖ با اینکه منطقه در شرایط پس از بحران به سر می‌برد اما دلیل نمی‌شود که در برگزاری فعالیت‌های خود از نظم و ترتیب صرف نظر کنید؛ مانند صف ایستادن، منظم نشستن و رعایت سکوت در کلاس برای کودکان بالای هفت سال.

❖ تا آنجا که امکان دارد بچه‌ها را در کارهای گروهی مشارکت دهید تا حس همکاری، کمک کردن به یکدیگر و باهم همه چیز را ساختن در آنها تقویت شود.

❖ بازی‌های حرکتی و بازهایی که نیاز به جنب و جوش بیشتری دارد، در فضای بیرون و بازی‌های فکری در فضای داخل چادرها بسیار نشاط بخش است.

به طور کلی به این نکته باید توجه داشت که؛ مربی نباید خود را پیامبر در نظر بگیرد که با حضور در منطقه می‌تواند برای مردم معجزه کند. قدرت اثرگذاری مربی با توجه به روزهای محدودی که به منطقه آسیب دیده اعزام می‌شود، بسیار محدود است و ممکن است اثر چندانی نگذارد، اما سعی ما بر این است که حداکثر کمک را به کودکان داشته باشیم.

کودکان در شرایط بحرانی

حوادث ناگوار مختلفی از جمله: جنگ، بلایای طبیعی، تصادفات، آتش سوزی و غیره ممکن است اتفاق بیفتند. در این گونه حوادث شاید در یک خانواده تعدادی از افراد جان خود را از دست بدهند، علی رغم اینکه هر فردی ممکن است به نحوی تحت تأثیر این وقایع قرار بگیرد، اما می تواند دامنه گسترده ای از واکنش ها و احساسات را به همراه داشته باشد. چگونگی واکنش هر فرد به عوامل مختلفی بستگی دارد که یکی از این عوامل سن افراد است. برای مثال: کودکان در گروه های مختلف سنی، واکنش های متفاوتی نشان می دهند که در جای مربوطه توضیح آن آورده شده است. کودکان بالای هفت سال در وضعیت بحران آسیب پذیری قرار دارند و به کمک بیشتری نیاز دارند

شما می توانید در ارتباط با مسائل روانشناختی و ارتباط گیری، کمک هایی را به کودکان ارائه دهید ولی با این حال هر کسی که پیشامد بحرانی را تجربه کرده و با آن مواجه شده است، مستحق یا متقاضی کمک های شما نیست، کودکانی را که متقاضی آن نیستند، نباید مجبور به دریافت آن کرد. اما باید خودتان را به راحتی در دسترس کسانی که ممکن است نیاز به حمایت و پشتیبانی داشته باشند، قرار دهید. به عنوان مثال کودکی که در

اثر شرایط بحرانی، دچار افسردگی شده و با کسی حرف نمی زند، نباید این کودک را مجبور کنیم که با مددیار یا مربی حرف بزند. در این شرایط، گذشت زمان به شرایط بحرانی این کودکان کمک میکند.

در کمک کردن باید موارد مهمی رعایت شود، از جمله:

(۱) نباید کاری کنیم که با اعمال خود افراد را در معرض خطر و

آسیب بیشتر قرار دهیم و اطمینان داشته باشید از اینکه

بهترین توانایی خود را برای افراد اعمال می کنید تا در برابر

آسیب های روان شناختی مصون باشند.

(۲) با توجه به فرهنگ و هنجارهای اجتماعی افراد با آنها رفتار

کنید.

(۳) همه افراد به طور منصفانه و بدون تبعیض به کمک های شما

دسترسی داشته باشند.

(۴) صادق و قابل اعتماد باشید.

(۵) صحبت ها و گفتگوهای بین خود و افراد را محرمانه نگه دارید.

(۶) وابستگی عاطفی بین خود و افراد ایجاد نکنید.

(۷) وعده های قابل اجرا به افراد بدهید.

(۸) درباره افراد از روی اعمال یا احساسات شان قضاوت نکنید، به

طور مثال: در حین فعالیت با کودکان زلزله زده کرمانشاه، در

مرحله اول دعوایی بین دو پسر بچه رخ داد. اگر قرار بر قضاوت کردن بود باید از فردا به او اجازه شرکت در فعالیت‌ها داده نمی‌شد، چرا که او کودکی پرخاشگر بود، و ممکن بود مانع فعالیت‌های گروه شود و به بچه‌های دیگر آسیب بزند. درحالی که روزهای بعد این کودک، رفتار پرخاشگری نداشت و بسیار آرام بود. پس به کودکان برچسب نزنیم

از بین موارد فوق مورد دوم (فرهنگ) از اهمیت بیشتری برخوردار است که در مواقع کمک باید نکته‌های زیر را در مورد فرهنگ آن منطقه و افراد در نظر بگیریم. هر فرهنگی، روش‌های رفتاری خاص خود را به همراه دارد که باید مورد توجه و احترام قرار گیرد.

(۱) احترام به پوشش افراد آن مکان به لحاظ حفظ حیثیت و آبرو؛

(۲) آگاهی از زبان و گویش و لهجه افراد آن منطقه (عدم آگاهی

از زبان منطقه به معنی عدم موفقیت و نقطه ضعف مددجویان نیست)؛

(۳) آگاهی از اعتقادات مذهبی و فرقه‌ها و قوم‌های منطقه (توجه

کنیم تحت هیچ عنوانی در شرایط بحرانی و در حالی که مناطقی مانند کرمانشاه و کردستان دارای اقلیت دینی مختلف است، نباید به مسائل اعتقادی ورود کنیم.)؛

۴) آگاهی از بازی‌های بومی و محلی؛ به عنوان مربی سعی کنیم قبل از اعزام، از منطقه مورد نظر شناخت داشته باشیم. بهتر است از بازی‌های بومی و محلی که در آن منطقه رواج دارد، آگاهی داشته باشیم و از این بازی‌ها برای ارتباط گرفتن با کودکان استفاده کنیم.

۵) آگاهی از تفاوت فرهنگ کودکان شهری و کودکان روستایی؛ به طور مثال زمانی که در شهر سرپل‌ذهاب با کودکان زلزله زده، کار می‌شد، والدین آنها در روزهای آفتابی نگران بودند که کودکان‌شان بیش از حد در فضای باز بازی نکنند تا دچار آفتاب سوختگی نشوند و در روزهای بارانی هم به علت شرایط نامطلوب اجازه خارج شدن از چادرهایشان را نداشتند. در حالی که در سبک زندگی روستایی، حساسیتی برای بازی‌های طولانی مدت کودکان در مقابل آفتاب نیست.

۶) هویت‌سازی: استفاده از نمادهای منطقه‌ای (نمادهای تاریخی، قومی و محلی) برای هویت بخشی به کودکان می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. به عنوان مثال جمعیت دانشجویی امام حسن (ع)، نام خانه کودک برپا شده برای کودکان زلزله زده در شهر

سرپل ذهاب را دالاهو (نام کوه و منطقه ای در کرمانشاه) قرار داد.

چگونگی برخورد با کودکان در شرایط بحرانی

کودکان در گروه‌های سنی مختلف، نیاز به توجه ویژه‌ای در شرایط بحران دارند و روش برقراری ارتباط و چگونگی برخورد با افراد دچار بحران بسیار اهمیت دارد. سه اصل مهم را در روش برقراری ارتباط با کودکان و به ویژه برای کودکانی که در شرایط بحران قرار دارند، باید در نظر گرفت: نگاه کردن، گوش کردن و تعامل خوب.

❖ نگاه کردن:

کودکانی که دارای واکنش‌های پریشانی جدی هستند، را باید دید و بررسی کرد؛ با چشم‌هایتان، توجه خود را معطوف کودک کنید. طوری به کودک نگاه کنید که هم سطح دید و چشم او شوید. برای هم سطح شدن نگاه، می‌توانید بنشینید و هم قد کودک شوید و بدین ترتیب هنگام صحبت با او نگاه بالا به پایین ندارید.

❖ گوش دادن:

به صحبت‌های کودکان به طور مؤثر گوش دهید تا احساس بهتری داشته باشند و آرامش به آنها دست دهد. (با سوال و جواب می‌توانیم به احساساتشان جواب دهیم)

❖ تعامل خوب:

از زبان بدن (حالات چهره، تماس چشمی، ایما و اشاره و طرز نشستن و ایستادن) در ارتباطات خود استفاده کنید. در انتخاب واژه‌ها دقت کنید.

واکنش کودکان به بحران ممکن است متفاوت باشد. برخی از کودکان به مرور زمان با کمک گرفتن از اطرافیان خود بهبود می‌یابند، با این حال کودک با واکنش‌های شدید طولانی ممکن است نیاز به کمک بیشتری داشته باشد. به طور کلی برخی از واکنش‌ها به شرح زیر است:

- نشانه‌های جسمی (لرزش، از دست دادن اشتها، رنج، درد، احساس شدید خستگی)؛
- گریستن به مدت طولانی؛
- غم و حالت افسردگی؛
- اضطراب و ترس؛
- بی‌قرار بودن؛
- کابوس‌های شبانه؛

- نگرانی از اینکه پیشامدی در حال وقوع است،
 - نداشتن انگیزه و تلاش برای انجام کارهای روزمره زندگی و کارهای مورد علاقه؛
 - منزوی و گوشه گیر شدن؛
 - حرف نزدن و پاسخ دیگران را ندادن؛
 - مدام از شرایط بحرانی صحبت کردن (نباید این واکنش را منفی دانست اما به محض مشاهده ی آن و اینکه کودکی دائم سعی می کند از لحظات وقوع حادثه صحبت کند، باید کمک کرد تا ذهن او را منحرف نماییم و نباید برای کودک مشکل را بزرگ جلوه کرده و موجب ناراحتی بیشتر او شویم).
- موارد فوق به طور عمومی واکنش های متفاوت کودکان را بیان می کند، اما با این حال چگونگی واکنش بچه ها به دشواری های بحران، سن آنان و هم چنین روش های برخورد افرادی که با کودکان در ارتباط اند را باید در نظر گرفت. برای مثال:
- کودکان خردسال درکی از محیط اطراف خود ندارند و ممکن است به رفتارهای قبلی خود برگردند. (شب ادراری، مکیدن انگشت شصت، اضطراب جدایی، چسبیدن مداوم به والدین خود و ...)

- کودکان در سن مدرسه ممکن است ترس‌های پی‌درپی در مورد هر چیزی داشته باشند، مثلاً از تاریکی اتاق بترسند. برخی از کارهایی که می‌توان در برخورد با واکنش‌های کودکان در شرایط بحرانی انجام داد:

❖ کودکان ۲-۵ سال:

آنها را باید نوازش کنید و در آغوش بکشید. دور از سر و صدای بلند و هرج و مرج باشند. آنها را از پدر و مادر خود دور نکنید. با صدای نرم و ملایم با کودکان صحبت کنید. شرایط بازی همراه با استراحت فراهم کنید. با کودکانی که رفتارهای دوران نوزادی؛ مثل مکیدن انگشت شصت یا خیس کردن رخت خواب از خود بروز می‌دهند، با صبر و حوصله رفتار کنید. اگر اضطراب جدایی دارند، بگذارید نزدیکی‌تان بمانند و حتی اگر اصرار دارند والدین‌شان نزدیک‌شان بمانند، مخالفت نکنید.

❖ کودکان ۷ سال به بالا:

وقت و توجه بیشتری به آنها اختصاص دهید تا غمگین نشوند. از آنها انتظار استقامت و قوی بودن نداشته باشید. به افکار و هراس‌شان بدون قضاوت گوش کنید. با آنها به طور صریح و با زبان خودشان صحبت کنید. فرصت‌هایی همراه با تشویق برای

آنها فراهم کنید. سعی کنید آنها را از صحنه‌ها و داستان‌های ناراحت کننده دور کنید. آنان را در فعالیت‌های بازی داخل کنید و علاقه شان را در نظر بگیرید. شروع کننده بحث در باره بحران نباشیم ولی اگر کودک تمایل داشت، اجازه دهیم صحبت کند اما به گفته‌هایش شاخ و برگ ندهیم.

کودکان ممکن است در شرایط بحرانی، مرگ عزیزان خود را تجربه کنند و همانند بزرگسالان در رویارویی با پدیده مرگ دچار غم و اندوه فراوان شوند. طبق نظریه "ماری نگی" کودکان تا رسیدن به درک مفهوم واقعی مرگ از سه مرحله عبور می‌کنند:

(۱) مرگ به عنوان رویدادی قابل برگشت (۵-۳ سالگی): در این مرحله امکان بازگشت شخص متوفی به زندگی عادی وجود دارد و کودک منتظر است که روزی فرا رسد و آن شخص نزد وی باز گردد.

(۲) مرگ به منزله رویدادی مجسم (۹-۶ سالگی): در این مرحله کودکان درمی‌یابند که مرگ پایان کار است و قطعیت آن را می‌پذیرند اما به طور عمومی به آن جسمیت می‌دهند و معتقدند که از خارج می‌آید و شاید قابل رؤیت باشد.

۳) مرگ به عنوان توقف اعمال حیاتی (۱۰-۱۲ سالگی): در این مرحله مرگ فرد برای کودک به عنوان پدیده ای زیستی و بازگشت ناپذیر تلقی می‌شود.

نکاتی که باید در برخورد با سوگ کودکان در شرایط مرگ بحرانی رعایت کرد:

❖ صداقت و صراحت گفتار:

اغلب کودکان می‌توانند نیت پنهانی بزرگسالان را از پس گفته‌های آنان درک کنند. در توجیه مرگ عزیزان، گفتن اینکه آنان به سفر طولانی رفته‌اند و هرگز برنمی‌گردند، یک دروغ کاملاً آشکار و بی‌اساس است. اگر سعی دارید که حقیقت مرگ عزیز از دست رفته را از کودک پنهان کنید، دیر یا زود پیامدهای ناگوار این عدم صداقت را در رفتار کودک خود مشاهده خواهید کرد. بنابراین واقعیت را همان گونه که هست در شرایط مناسب و با توجه به ظرفیت و نگرش کودک خود به مرگ، صادقانه بیان کنید و از هرگونه فریب، تحریف و پنهان کاری واقعیت بپرهیزید. ❖ استفاده از کلمات واقعی و عینی:

در استفاده از کلمات باید دقت کرد. بزرگسالان می‌توانند به فرزند خود بگویند که همان گونه که گل‌ها از بین می‌روند، آدم‌ها

نیز روزی می‌میرند. ولی مردن آدمها با از بین رفتن گلها فرق می‌کند. گفتن اینکه مردن درست شبیه خواب است شاید کودک را دچار کابوس‌های شبانه و حتی بی‌خوابی و اضطراب در هنگام خواب رفتن کند.

نکته:  در استفاده از کلمه "خدا" احتیاط لازم را داشته باشید. نباید طوری استفاده کنیم که جایگاه خداوند در ذهن کودک نادرست باشد. اگر کودک عاجزانه از خدا درخواست می‌کند که برادر یا خواهر از دست رفته اش را به او بازگرداند و انتظار دارد که خداوند به درخواست او پاسخ دهد، در این هنگام باید کودک را از عملی نبودن انتظار و درخواستش آگاه کرد تا این ناکامی موجب رفتارهای خشمگینانه کودک نسبت به خدا نشود. اینکه برخی از افراد به کودکان این گونه وانمود می‌کنند که شخص مرده نزد خدا رفته است و بر نمی‌گردد، یا خدا او را از ما گرفته است، ممکن است از همان ابتدا آموزه‌های نادرستی را از خدا در ذهن کودک القا کند.

بازی، مؤثرترین راه ارتباطی با کودکان (ویژه بالای ۷ سال)

به طور کلی کودکان در شرایط بحرانی نیازمند شرایطی هستند که بتوانند فشارها، ناراحتی‌ها، غم و اندوه خود را آزادانه برون‌ریزی کنند. یکی از کارآمدترین، ساده‌ترین و موثرترین روش‌ها، بازی است.

برای کودکان "بازی" جذابیت بالایی داشته و علاقه دارند که در طول روز بازی‌های متنوعی را انجام دهند. افرادی که با کودکان در شرایط بحرانی سر و کار دارند می‌توانند از ابزار بازی برای ارتباط‌گیری خوب استفاده کنند. اما در انتخاب بازی دقت لازم را داشته باشید. در قالب بازی احساس صمیمیت و اعتماد بین کودک و شما ایجاد می‌شود و می‌توانید با کودک ارتباط برقرار کنید و به تعدیل شرایط بحرانی کودک کمک نمایید. چند نکته در خصوص بازی از اهمیت بیشتری برخوردار است؛ اینکه بازی باعث نوعی یادگیری می‌شود که لازمه رشد هماهنگ فیزیکی و روحی آنها است. کودکان به طور طبیعی حین بازی با یکدیگر آشنا می‌شوند. تقویت اعتماد به نفس در بازی برای کودکان پس از گذشت زمان مشهود است. حالات منفی کودک از جمله: افسردگی غم و اندوه با انجام بازی به حاشیه رانده شده و کمرنگ می‌شود.

در روزهای اولیه شرایط بحرانی، بازی‌هایی که با کودکان انجام می‌شود باید مبتنی بر فعالیت‌های شاد و هیجان‌انگیز باشد که کودکان بتوانند سرگرم شوند و کمتر به شرایط سخت و بحرانی خود فکر کنند. با روی خوش، مهربان، صمیمی و مانند یک دوست با آنها، بازی را انجام دهید که دوست دارند. سعی کنید آن بازی را بسیار شاد، مهیج و پرجنب و جوش اجرا نمایید. به آنها اجازه دهید از انجام بازی لذت ببرند و سؤال کنید چه احساسی دارند، از انجام چه کاری لذت می‌برند. دوست دارند نقاشی بکشند یا کاردستی درست کنند. در حین بازی شما نیز همبازی کودک شوید.

قواعد و قوانین بازی

در ابتدا با بالا بردن انگیزه و ایجاد سؤال‌هایی، ذهن کودکان را با قانون آشنا کنیم؛ برای مثال: بچه‌ها فکر می‌کنید امروز درباره چه چیزی می‌خواهیم صحبت کنیم؟ (این سؤال برای ایجاد درگیری ذهنی کودکان مطرح می‌شود) اگر در کلاس همه باهم حرف بزنید چه اتفاقی می‌افتد؟ (به جواب‌های بچه‌ها گوش دهید) اگر همه باهم حرف بزنند من می‌توانم صدای همه شماها را بشنوم؟ (جواب‌های بچه‌ها را گوش کنید؟) پس حالا چه کار کنیم؟ به همین ترتیب، سؤال کردن را ادامه می‌دهیم تا کودکان پاسخ را بیابند، یا اینکه از قانون حرف بزنند. بعد از بحث و گفتگو میان

بچه‌ها و مربی، از کلمه قانون استفاده شود. نباید از همان ابتدا قواعد و قوانین بازی را مطرح کنید. سپس مربی با گفتن این جمله پس همه باید به این قانون احترام بگذاریم: "همه باید نوبتی حرف بزنیم" گفتگو را ادامه می‌دهد. مثلا بگوییم: بچه‌ها حاضرید یک قانون بگذاریم. قانون ما: "اینکه موقع حرف زدن اجازه بگیرید".

می‌توانید از روش دیگری برای آشنایی کودک با قانون استفاده کنید. اینکه از کودک سؤال پرسید، بعد که همه باهم حرف زدند، یک لحظه آنها را ساکت کنید و بگویید: ما اینطور نمی‌توانیم همه حرف‌هایمان را بزنیم. یک قانون می‌تواند مشکل ما را حل کند و این که وقتی کسی می‌خواهد حرفی بزند این شیء (گوی یا ساعت شنی) را به دست بگیرد. زمانی که این شیء دست کسی است می‌تواند حرف بزند. بقیه اگر حرف بزنند، امتیاز از دست می‌دهند.

مثال دیگر در مورد چراغ قرمز است که مفهوم قانون با سؤال و جواب در ذهن کودکان شکل می‌گیرد. مربی از جواب‌های کودکان، سؤال دیگری را مطرح می‌کند تا اهمیت رعایت قوانین بازی برای آنها واضح تر شود. ممکن است کودکان از جواب‌های کلیشه‌ای و تقلیدی استفاده کنند، که در اینجا مربی می‌تواند از استدلال‌های مخالف استفاده کند. برای مثال در جواب کودکی که می‌گوید، اگر از چراغ قرمز عبور کنیم، جریمه می‌شویم یا

تصادف می‌کنیم، بگویید: یکی از بچه‌ها می‌گفت هرکسی بتواند از چراغ قرمز عبور کند، سریع تر به خانه اش می‌رسد و این اشکال ندارد؟ نظر شما چی ست؟ با مطرح کردن سؤال‌های مشابه برای کودکان باید اطمینان حاصل کنید که معنی قانون را درک کرده‌اند.

این روش می‌تواند به طور عموم برای همه سنین کودکان استفاده شود ولی برای کودکان بالای هفت سال، در سطح بالا می‌توانیم مطرح کنیم. پس از اینکه کودکان با کلمه قانون آشنا شدند، می‌توانید در بازی قوانین را مشخص کنید. موارد زیر به عنوان پیشنهاد می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد:

- ۱) رعایت نوبت؛
- ۲) در جای خود نشستن؛
- ۳) کار خود را انجام دادن؛
- ۴) اجازه گرفتن؛
- ۵) هل ندادن یکدیگر؛
- ۶) دعوا نکردن؛
- ۷) فریاد نکشیدن؛
- ۸) به وسایل دیگران دست نزدن.

برای تقویت رفتاری در احترام به قانون و رعایت قواعد بازی می‌توانید از راهکارهای زیر بهره جویید:

- ❖ کارت امتیاز دادن مثل دادن برچسب‌های ستاره‌ای؛
 - ❖ لبخند و تأیید با سر؛
 - ❖ تشویق کلامی بلافاصله پس از انجام رفتار جلوی همه کودکان.
- و در صورت رعایت نکردن قوانین:
- ❖ پس گرفتن کارت امتیاز و ستاره؛
 - ❖ عدم لبخند (چهره‌ای غمگین داشتن برای کودک خاطی)؛
 - ❖ صندلی تنها (به کودک بگویید به گوشه‌ای برود و به کار خود فکر کند و راهکاری برای جبران پیدا کند)؛
 - ❖ محروم شدن از بازی؛
 - ❖ بی‌اعتنایی یا عدم شرکت دادن او در بحث و گفتگو.
- تمام راهکارهای گفته شده، بنا بر شرایط و موقعیت‌هایی که شما در آن قرار دارید، مؤثر و مفید خواهد بود و باید به این نکته دقت شود که تنبیه، در برابر دیدگان همه کودکان انجام شود یا نه؟

📌 نکته: کودکان در بازی ناخودآگاه از طریق والدین و یا اطرافیان خود با مفهومی به نام برد و باخت آشنا می‌شوند و در اکثر موارد کودکی که در بازی می‌بازد،

داد و بیداد راه می‌اندازد و کنترلش را از دست می‌دهد و کودکی که برنده می‌شود، خوشحال و خندان است. آنها دیر یا زود با مفهوم از دست دادن در زندگی باید آشنا بشوند و قادر به درک آن باشند و چه بسا بهترین زمان برای آشنایی با این مفهوم، در سن کودکی است تا بتواند طعم شکست خوردن و پیروز شدن را درک و مدیریت کنند.


وقتی که یک بازی را می‌خواهید به کودک یاد بدهید اجازه دهید در ابتدا او برنده شود تا با حس بهتری بازی را شروع کند. بازی‌های گروهی و تیمی مفهوم برد و باخت را بهتر به کودک یاد می‌دهد. آنها ناامیدی در اثر شکست را در بازی و رقابت‌های گروهی با سایر هم‌گروهی‌های خود بهتر تحمل می‌کنند بنابراین رفتار معقول‌تری خواهند داشت.

بازی‌ها و مسابقات در دنیای بزرگسالان بیشتر جنبه تفریح دارد و تلاش می‌کنیم که لذت ببریم. به نظر باید سعی کنیم همین منطق را به کودکان انتقال دهیم و در طول بازی کمتر از کلمه برد و باخت استفاده کنیم، می‌توانیم برای تلاش کودکان در بازی ارزش و احترام قائل بشویم، به طوری که تمایل داشته باشند مجدداً در رقابت‌ها شرکت کنند. در طول انجام یک بازی، روی

لذت بردن، تلاش و کوشش کودکان تمرکز کنید. اگر برای تلاش آنها ارزش قائل بشوید، درمی‌یابند که شما بیشتر از نتیجه رقابت، به خود آنها اهمیت می‌دهید و باعث افزایش اعتماد به نفس کودک خواهید شد.

انواع بازی

ارتباط با کودک باید تاجایی پیش رود که اعتماد بین شما و کودک برقرار شود. برای روزهای اول (با هدف کوتاه مدت) بازی‌هایی مانند: بازی بومی و محلی پیشنهاد می‌شود. سعی کنید قبل از اعزام به منطقه بازی‌های بومی و محلی آن منطقه را شناسایی کنید و با کودکان از این نوع بازی‌ها انجام دهید. در روزهای آتی با اهداف بلند مدت می‌توانید از بازی در جهت هدف‌های دیگر استفاده کنید. با توجه به شناختی که از کودک پیدا می‌کنید می‌توانید از نظر رفتاری، علمی، مهارتی، در قالب بازی با کودک کار کنید. برای مثال مهارت‌های اجتماعی، رفتاری، یادگیری، مهارت‌های حرکتی، ریاضی و غیره در قالب بازی آورده شود که در طول زمان می‌تواند کودک را غنی کند.

نکته:  مربی می‌تواند برای فعالیت روزانه خود برنامه مشخصی داشته باشد. به طور مثال می‌توانید فعالیت هر روز خود را با ورزش شروع کنید.

همانطور که گفته شد، بازی‌هایی که برای فعالیت با کودک دچار بحران استفاده می‌شوند، باید موجب رشد و شکوفایی باشند. از این رو در اینجا به برخی از مهارت‌هایی که در حین بازی با کودک می‌تواند تقویت شود، پیشنهاد می‌شود. البته لازم به ذکر است که این مهارت‌ها صرفاً پیشنهاد بوده و ممکن است به اقتضای شرایط کودکان، منطقه بازی و طرح درس‌های دیگری مناسب باشد. به همین دلیل باید نیازسنجی شود که آیا تقویت مهارت‌های پیشنهادی در آن منطقه مورد نیاز است یا خیر. مهارت‌های پیشنهادی به شرح زیر است:

الف- مهارت‌های ریاضی

ریاضی همانند زبانی است که به طور مداوم به آن نیاز داریم تا آنچه را که می‌بینیم، می‌دانیم و می‌فهمیم را با روش‌های دقیق، تشریح و توصیف کنیم. به عبارت دیگر ریاضی، به ما در جهت برقراری ارتباط در زندگی روزمره، حل مسئله و رشد مهارت‌های تفکر کمک می‌کند.

(۱) حل مسأله:

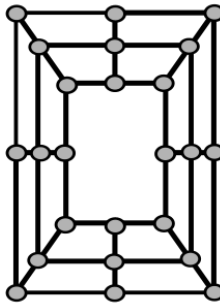
- انواع اریگامی: ساخت فرفره، قورباغه، پیراهن دخترانه، قاب عکس و ...
- گل یا پوچ: در شکل گروهی به دو دسته تقسیم می‌شوید و هر گروه می‌بایست یک سرگروه داشته باشد تا گل را پخش کند.

سرگروهی که گل را در دست دارد باید گل را بین دست‌های مشت شده گروه خود که دو دست خود را به سمت جلو گرفته اند، رد و بدل کند. حال گروه دوم باید بتواند حدس بزند گل دست چه کسی و در کدام دستش است. برای این کار می‌توانند از افراد بخواهند که خالی بازی کنند، به این صورت که کسی که از او خواسته شده که خالی بازی کند، باید یک دست خود را که گل در آن نیست باز کند و بعد دوباره گل را بین دستانش جا به جا کند و طوری این کار را بکند که گروه مقابل متوجه نشود. اگر گروه مقابل بتوانند درست حدس بزنند و گل را پیدا کند، برنده شده و گل را می‌گیرد. اگر در مرتبه ی اول درست حدس بزنند، سه امتیاز می‌گیرند.

- نون بیار کباب ببر

- دوز: ابتدا با سنگ کاغذ قیچی، شروع کننده بازی مشخص می‌شود و هر هفت مهره را برمی‌دارد. بعد هرنفر یک عدد از هفت مهره خود را به روی نقطه‌های دوز قرار می‌دهد. به طوری که بتواند در نوبت‌های بعد سه مهره را افقی یا عمودی کنار هم بچیند. اگر هنگام چیدن کسی موفق به این کار شود رقیب باید یک مهره اش را از بازی بیرون بگذارد. بعد از چیدن مهره‌ها افراد

فقط می‌توانند هر دفعه یکی از مهره‌های خود را جابجا کنند تا بتوانند ۳ تا از مهره‌های افقی یا عمودی را ردیف کنند. بعد هر کسی این کار را انجام دهد می‌تواند به دلخواه یکی از مهره‌های حریف را برداشته و به بیرون از بازی بگذارد. این کار ادامه دارد تا یک بازیکن بتواند مهره‌های حریف را به ۲ عدد برساند و برنده شود. (مهره‌های می‌تواند از نخود و لوبیا باشد).



- ۲) هوش فضایی
- حل پازل
 - ماز
 - استفاده از بازی‌های فکری مثل لگو و تمرین مفاهیمی چون تقارن با کودک

- بازی دیگر تکمیل شکل‌های ناقصی است که در کتاب‌ها وجود دارد، به این ترتیب که از شاگرد بخواهید با دقت به اشکال نگاه کرده و شکل ناقص را تکمیل کند. همچنین پیدا کردن تصویر حیوانات یا اشیایی که در یک زمینه شلوغ پنهان شده اند و کودک باید با دقت فراوان شکل حیوانات یا اشیاء مورد نظر را از زمینه تشخیص دهد. این تمرینها باعث افزایش دقت و توجه او می‌شود. با انجام این کارها احتمال اینکه فرزندان در مدرسه دچار اختلالات یادگیری شود کمتر می‌شود.

- در وسط محوطه‌ای باز با نخ، طناب پرش یا حوله، دایره ای به قطر ۴۰ سانتیمتر رسم کنید تا کودک در وسط آن بایستد. بازی به این صورت است که کودک در حالی که پایش بسته است، طبق دستورات شما به عقب، جلو، چپ، راست، داخل و خارج از دایره بپرد. بدین ترتیب کودک به سرعت از مقید بودن به دستورات شما عاجز می‌ماند. در کنار اینکه وی پریدن را دنبال خواهد کرد، باید سبک مناسبی را دنبال کنید که تا قبل از خسته شدن کودک، بایستد.

(۳) طبقه بندی

- تناظر و تساوی: در دو ردیف سنگ می‌چینیم. یک ردیف سه سنگ و یک ردیف ۵ سنگ و از بچه‌ها می‌پرسیم که چه طور می‌توانند این دو ردیف را مساوی کنند.
- جمع و تفریق: استفاده از بازی چوب خط و یا در صورت عدم دسترسی به این بازی، چند کودک را انتخاب کنید و به هر کدام یک تعداد چوب بدهید و بعد هر کدام تعداد چوب‌هایشان به یکدیگر بدهند و از آنها بپرسید چند چوب دارند و به همین ترتیب مفهوم تفریق را نیز می‌توانید تمرین کنید. توجه داشته باشید که اشیا یکسان باشند. برای جمع‌های ارقام بالا، می‌توانید دسته‌های ده تایی یا صدتایی را دست بچه‌ها بدهید و به همین شیوه تمرین جمع و تفریق کنید. فقط به یاد داشته باشید که حتما باید بعد از بازی، به صورت نوشتاری تدریس داشته باشید. کافی است اشیا (سنگ، گردو و...) را به نوبت روی عددی ۱ تا ۹ قرار دهیم، چه شما بازی را شروع کنید و چه دیگری فرقی نمی‌کند. شما برای بازی از اشیا با یک رنگ متفاوت استفاده می‌کنید. هر یک از شماها که بتواند زودتر از دیگری، اشیا را روی سه عدد متفاوت که مجموع آن‌ها ۱۵ باشد، قرار دهد،

همه‌ی اشیا روی میز را برنده خواهد شد. شرط کار این است که بر هیچ خانه‌ای نباید دو شی قرار گیرد.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
---	---	---	---	---	---	---	---	---

- هوش منطقی: کسر، تقسیم و تقارن اشکال هندسی (۴)
- یک شکل هندسی خاص مثل دایره یا مثلث را در برگه‌هایی بکشیم و در اختیار کودک قرار دهیم و از او بخواهیم آن شکل هندسی را به یک جسم با مفهوم تبدیل کند. مثلاً دایره را تبدیل به ساعت کند.
- می‌توانید از مثال‌های موجود در طبیعت اطراف کودک بهره‌جوید. مثلاً بچه‌ها را گروه بندی کنید و از هر گروه بخواهید اشکال شبیه به مثلث و از گروه دیگر اشکال شبیه به دایره را پیدا کنند.
- به کودکان بگویید در حالی که در روی زمین دراز می‌کشند، سعی کنند اشکال مختلف هندسی را مانند دایره، مثلث را ایجاد کنند.
- (۵) محاسبات ذهنی

- هپ هپ: در این بازی، ابتدا یک نفر از کودکان را که از بقیه بزرگ تر است، به عنوان سرگروه انتخاب می‌کنند. سرگروه یک عدد را انتخاب می‌کند، به طور مثال عدد ۵ را انتخاب می‌کند (انتخاب عدد اختیاری است). بقیه کودکان به شکل دایره وار می‌نشینند و سرگروه، یکی از کودکان را انتخاب می‌کند، کودک باید از عدد یک شروع کند، یعنی او باید شماره یک بگوید، بعد به ترتیب، نفر دوم عدد دو، نفر سوم عدد سه و نفر چهارم عدد چهار را باید بگوید. در این جا نفر پنجم باید بسیار حواسش جمع باشد و به جای عدد ۵ کلمه «هپ» را بگوید. چون عدد ۵ را سرگروه انتخاب کرده بود به همین روش نفرات شش، هفت و ... باید اعداد مربوط به خود را بگویند. وقتی عدد ۱۰ می‌رسد باز باید کلمه «هپ» گفته شود. به همین ترتیب به جای مضارب عدد ۵ باید کلمه «هپ» را بگویند. این عدد شماری به شکل دوره ای ادامه پیدا می‌کند. کسانی که به اشتباه به جای کلمه «هپ» عدد بگویند یا کلمه «هپ» را به جای عددی غیر از مضارب ۵ بگویند، می‌سوزند و از بازی خارج می‌شوند. بازی تا زمانی ادامه پیدا می‌کند که تنها یک نفر باقی بماند. آخرین نفر باقی مانده در دایره بازی به عنوان برنده شناخته می‌شود.

- سودوکو: نوع متداول سودوکو یک جدول 9×9 است که کل جدول هم به ۹ جدول کوچکتر 3×3 تقسیم شده است. در این جدول چند عدد به طور پیش فرض قرار داده شده که باید باقی اعداد را با رعایت سه قانون یافت؛ قانون اول: در هر سطر جدول اعداد ۱ الی ۹ بدون تکرار قرار گیرد. قانون دوم: در هر ستون جدول اعداد ۱ الی ۹ بدون تکرار قرار گیرد. قانون سوم: در هر ناحیه 3×3 جدول اعداد ۱ الی ۹ بدون تکرار قرار گیرد.

5	3			7				
6			1	9	5			
	9	8						6
8				6				3
4			8		3			1
7				2				6
	6					2	8	
			4	1	9			5
				8			7	9

- باقالی به چند من: یک بازیکن یک عددی را در ذهن خود انتخاب می کند. بعد می گوید: لب لب من لب لب تو باقالی به چند من؟ و بقیه افراد عددهایی را می گویند و آن شخص با گفتن کمتر یا بیشتر آنها را راهنمایی می کند. هر کسی بتواند زودتر عدد را حدس بزند برنده است و حالا او باید یک عدد را در ذهن خود انتخاب کند.

۶) شمارشی

- منچ و ماروپله
- یه مرغ دارم: در این بازی ابتدا مربی شماره ۱ هر کودک را به ترتیبی که نشسته به او اعلام می‌دارد مثلاً ۱-۲-۳ تا آخرین نفر. در این بازی باید کودک شماره ۱ خود را فراموش نکنند. بازی این طور آغاز می‌شود که مربی می‌گوید یه مرغ دارم روزی مثلاً (۸) تا تخم میزازه باید شماره ۸ بلافاصله بلند بشه و بگوید چرا ۸ تا مربی می‌گوید پس چند تا کودک می‌گوید ۱۲ تا که بلافاصله باید شماره ۱۲ بلند بشه و بگوید چرا ۱۲ تا آخر زیبایی این بازی در آن است که اگر کودک در موقعی که شماره‌اش خوانده شد حواسش نبود و بلند نشد از دور بازی کنار می‌رود و دیگران حق ندارند شماره او را بگویند که اگر دچار این اشتباه شوند آن‌ها هم حذف خواهند شد در پایان دو نفر برنده خواهند شد.
- دبرنا: هرکسی چهارتا کارت چهارخانه دارد که توی بعضی خانه‌هایش اعدادی از یک تا ۹۹ نوشته شده. کیسه سفیدی هم هست که داخلش مهره‌هایی در همین بازه وجود دارند. در هر دور از بازی، به هر کس چند کارت می‌رسد و یک نفر کیسه را

دستش می‌گیرد و شروع می‌کند به هم زدن مهره‌ها. بعد مثلا سه تا مهره را بیرون می‌کشد و عددش را می‌خواند. اگر شماره مهره با شماره یکی از خانه‌های کسی یکی باشد، مهره به او داده می‌شود تا روی همان خانه بگذارد. بقیه هم اگر این شماره را داشته باشند، باید با نخودی، لوبیایی چیزی پرش کنند. هر کسی خانه‌هایش را پر کند، این دست را برده است. بعدش کیسه دست به دست می‌چرخد و همین چرخه ادامه پیدا می‌کند.

- روی یک کاغذ به صورت ردیفی اعداد را بنویسیم و از بچه‌ها بخواهیم به ازای هر عدد به همان تعداد، یک شی را که دوست دارند نقاشی کنند.

ب- مهارت‌های اجتماعی

مجموعه توانمندی‌هایی است که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فردی می‌شود. توانمندی‌های اجتماعی یعنی تعامل در جامعه، شناخت روحیه و احساسات درونی خود و دیگران و برخورد صحیح و متناسب با آنها می‌باشد. رشد انسان مخصوصا در سال‌های اولیه زندگی بدون برخوردهای اجتماعی غیر ممکن یا بسیار ضعیف است. از این رو کودکان

نیاز به تقویت و رشد این مهارت‌ها دارند تا بتوانند در زندگی خود و در جامعه موفق باشد.

(۱) ارتباط با خود (مسئولیت پذیری، احساسات، احترام به خود و...)

- سه نفر روی یک مقوای بزرگ نقاشی کنند. بعد از سی ثانیه جاها عوض شود. و هرکس سعی کنید نقاشی ای که مقابل اوست را تکمیل کند. برای انجام این کار به گروه‌های سه یا پنج نفره تقسیم نمایید.

- از کودک بخواهید مقابل آئینه برود و خودش را نقاشی کند.
- می‌توانید کودکی را انتخاب کنید و بخواهید خودش را برای بقیه بچه‌ها توصیف کند، حال از بقیه بچه‌ها بخواهید آن کودک را نقاشی کنند.

(۲) ارتباط با دیگران (قوانین، مسئولیت پذیری، گفتگو، کلمات جادویی و ...)

- در بین بازی‌ها مربی باید تلاش کند فاکتورهای مورد نظر را به کودک یاد بدهد. مثلاً کلمات جادویی مثل: متشکرم، معذرت می‌خواهم، اجازه هست؟، متاسفم، لطفاً و ... و همچنین آدابی از جمله: سلام کردن، احترام به بزرگترها (بلند شدن جلوی پای

بزرگترها) را به کودک یاد بدهید. در مسئولیت پذیری می‌توانید نوبتی به بچه‌ها مسئولیت بدهید تا بتوانند اهمیت مسئولیت را درک کنند.

- اتحاد

برگه‌های نقاشی را از طول بهم بچسبانید و از هر کودک بخواهید در هر برگه یک آدمک را نقاشی کند. در پایان شما نواری خواهید داشت از آدم‌هایی که دست در دست هم دارند.

- همکاری

- به شیوه گروهی می‌توان انواع کاردستی‌های بزرگ و متنوع را درست کرد. برای مثال برای درست کردن یک شهر، مزرعه حیوانات، کشتی نوح یا حیوان‌های مختلف، باغ وحش و حتی چهار فصل می‌توان بچه‌ها را گروه بندی کرد و و به هر گروه یک مقوا داد تا موضوعات فوق را با همکاری دیگر نقاشی کنند یا به طور کلاژ آن را انجام دهند.

- کودکان را تشویق کنید یک پروانه در ابعاد بزرگ نقاشی کنند. شاید هم بهتر باشد خودتان برای آنها یک پروانه بزرگ نقاشی کنید. سپس از کودکان بخواهید با همکاری یک دیگر آن را رنگ آمیزی کنند. در حین نقاشی سعی کنید آنها را متوجه کنید که باید متقارن بال‌های پروانه را رنگ آمیزی کنند.
- کودکان را به گروه‌های دو نفره تقسیم کنید و از آنها بخواهید دست‌های همدیگر را بگیرند و بدون اینکه دست‌های همدیگر را رها کنند، بنشینند، بلند شوند، بچرخند، راه بروند و دوباره بنشینند. در پایان از کودکان بخواهید تا تجربه‌های خود را بیان کنند، چه احساسی داشته‌اند؟ کارهای را چگونه انجام می‌دادند؟ کدام گروه بهتر بوده است؟ علت‌های موفقیت گروه برتر را بشمارید.
- خانواده
- از کودک بخواهید که اعضای خانواده خود را نقاشی کند.

- به کودک بگویید دست خود را روی کاغذ بگذارد و آن را روی کاغذ بکشد. سپس به او بگویید هر انگشت را به یکی از اعضای خانواده تبدیل کرده و شبیه او نقاشی کند.

● شادی

- از کودکان بپرسید چه کسی را خیلی دوست دارند؟ آیا می‌توانند تصویر او را نقاشی کند؟ پس هر کودک توضیح می‌دهد کسی را که نقاشی کرده، کیست و چرا او را دوست دارد. این کار به کودک فرصت می‌دهد تا بتواند احساس‌های خود را نسبت به افراد مورد علاقه خود بیان کند. سپس در فعالیت‌های بعدی از کودک بخواهید فکر کنند چه کسی آنها را خیلی دوست دارد؟ چه کسی با دیدن آنها خیلی خوشحال می‌شود و نقاشی او را بکشد.

- قصه جعبه شادی (مراجعه شود به پیوست قصه)

- درست کردن ماسک دلچک: کودکان می‌توانند با کمک مقوا، کاغذ رنگی و وسایل مختلف یک ماسک

دلک درست کنند. با پنبه رنگی یا پارچه برای آن
دماغ قرمز بامزه ای درست کنند.

- یک مقوای بزرگ تهیه کنیم و از کودکان بخواهیم که
اطراف مقوا بنشینند و با مداد شمعی یا مداد رنگی
سعی کنند باهم تصویر یک دنیای شاد را بکشند.

- از کودکان بخواهید به صورت دایره در کنار هم
بنشینند و به آنها بگویید می‌خواهیم نمایش بازی
کنیم. بعد از آنها پرسید چه کسی می‌تواند نقش یک
کودک شاد یا مریض را بازی کند. توجه داشته باشید
که کودک یاد نگرفته است غم را بازی کند و برای
راحتی کار می‌گوییم نقش مریض را ارائه دهد.
داوطلبان به ترتیب وسط دایره بیایند و به نوبت نقش
مربوطه را بازی کنند. این نمایش را می‌توان به صورت
پانتومیم هم اجرا کرد. برای کودک این مفهوم را جا
بیندازیم که شادی یعنی اینکه بتوانیم دیگران را
دوست داشته باشیم و دیگران نیز ما را دوست داشته
باشند.

• صلح

نمایش نامه ستاره‌ها را می‌توانید با کمک بچه‌ها اجرا
نمایید. (متن کامل نمایش نامه در پیوست قصه)

(۳) محیط زندگی

• جامعه (زندگی شهری، زندگی روستایی، قوم شناسی)

- تفاوت زندگی شهری و روستایی را در قالب قصه برای
کودک بگوییم و از او بخواهیم آنها را نقاشی کند.

- گفتگویی درباره آداب و رسوم و فرهنگ خودشان
داشته باشیم و منطقه زندگی کودکان را برایشان با
ارزش جلوه دهیم. به طور مثال بازدید از آثار باستانی
می‌تواند مهم باشد به طوری که از زندگی در منطقه
خویش لذت ببرند.

- شعر شماره یک و دو در پیوست شعر

- بازی شهرها: به جمعی از کودکان می‌گوییم که هر
کدام نام یک شهر را انتخاب کنند و یکی از کودکان
انتخاب می‌شود تا توپ را به طرف بالا پرتاب کند. در
حین آن که کودک توپ را به طرف بالا پرتاب می‌کند
باید نام یکی از شهرها را بگوید. کودکی که نام آن شهر

را داشته، باید سعی کند توپ را قبل از اینکه به زمین بیافتد بگیرد و بقیه کودکان باید تا آنجا که می‌توانند از توپ دور شوند.

• نظافت

می‌توانیم اهمیت پاکیزگی را برای کودکان توضیح دهیم و سپس به صورت گروهی، نایلون به دست کودکان بدهیم و زباله‌های قسمت مشخصی از آن منطقه را با دستکش جمع‌آوری کنیم. خود مری هم باید این کار را انجام دهد تا برای کودکان الگو قرار گیرد و با کودکان همراه شود.

• تفکیک زباله خشک و تر

این کار را می‌توان با نشان دادن انواع عکس‌های مربوط به زباله‌های خشک و تر، به کودک آموزش داد.

(۴) اقتصاد

• نیاز و خواسته

باید به کودک یاد بدهیم که براساس نیازهای خود، چیزی را طلب کنند، نه به صرف اینکه دیگران آن را

دارند. وقتی به چیزی نیاز ندارند، نباید آن را بخرند.

طرح درس مربوطه به شرح ذیل می باشد:

○ خواندن قصه آدمک برفی (از کتاب قصه


گویی ۸_ کانون پرورش فکری کودکان و

نوجوانان) یا اجرای نمایش این قصه توسط

خود کودکان

● تمرین دادن کودک به پس انداز و صرفه جویی با تهیه

کاردستی قلک.

نکته:  در شرایط بحرانی آموزش مفهوم قرض الحسنه

هم بسیار اولویت دارد. مثلا کودکی که توانسته توپش

را از بین آوارها بیرون بیاورد، باید به او یاد داد توپش

را به دیگر کودکان هم بدهد.

(۵) جغرافیا

● جهان

- ساخت کره زمین با چسب چوب، روزنامه و بادکنک

- کره زمین را روی یک مقوای بزرگ نقاشی کنیم و از

بچه‌ها بخواهیم اطراف کره زمین کودکانی را بکشند

که دستهایشان در دست همدیگر است.


- خمیرهایی با رنگ سبز، آبی و قهوه ای در اختیار بچه‌ها بگذارید و از آنها بخواهید خمیرها را طوری ترکیب کنند که شبیه به کره زمین بشود.
- شهرهای ایران
- می‌توانید استان دچار سانحه را نقاشی کنید و آن را به سه قسمت تقسیم کرده و از بچه‌ها بخواهید هر قسمت را یکی از رنگ‌های پرچم ایران بزنند. به این گونه که دست‌هایشان را در گواش بزنند و با دست رنگ را روی تکه ی مربوطه چاپ کنند.
- نقشه ایران را در مقابل بچه‌ها بگذارید و سعی کنید با آنها نقشه خوانی و تمرین مفاهیمی مثل دوری و نزدیک را تجربه کنند.

چ- ادبیات

ادبیات کودک زبانی برتر معرفی می‌شود که به کمک آن می‌توان به انتقال پیام‌ها، مفاهیم، اندیشه‌ها و همچنین تلطیف‌سازی احساسات و نیز آموزش و پرورش تخیل و استعداد کودکان پرداخت. کودکان با احساسات لطیف، به نوعی از زیبایی نیاز دارند که به رشد روانی و روحی آنان کمک کند.

(۱) خاطره گویی

- به کودکان شکل مغز را بدهیم و از او بخواهیم بهترین خاطره اش را در آن نقاشی کند.
- شکل مغز را به کودک نشان دهیم و آن را به سه قسمت گذشته، آینده و حال تقسیم کنیم و از او بخواهیم برای هر بخش خاطره‌ای بگوید.

 نکته : در شرایط بحرانی کودک آخرین خاطراتش، از زلزله یا سیل است. به همین دلیل این ملاحظه را داشته باشیم این طرح درس را طوری مطرح نکنیم که موجب شود خاطرات تلخ او مجدد مرور گردد.

۲) قصه گویی

- یک قصه برای بچه‌ها تعریف کنیم و نتیجه و درسی که در ضمن قصه وجود دارد را برای کودک بیان کنیم و در پایان از او بخواهیم نتیجه قصه را نقاشی کند.
- یک تصویر یا نقاشی را از مجله برگزینید. بازی بر اساس این تصویر است. کودک باید یک داستان خلق کند، طوری که آن تصویر، نقطه شروع یا پایان آن داستان باشد. برای شروع داستان، می‌توانید به سادگی در مورد آن تصویر با کودکتان بحث و گفتگو کنید. (مثلاً بگویید؛ مردم داخل تصویر چه کسانی هستند؟ چه

کار می‌کنند و چرا این کار را انجام می‌دهند؟ اکنون برای آنها چه اتفاقی خواهد افتاد؟)

۳) داستان عروسکی

- تعدادی عروسک در اختیار کودکان قرار دهیم و از آنها بخواهیم برای عروسک‌ها داستانی بنویسند و با عروسک‌ها آن داستان را به صورت نمایش اجرا کنند.
- شعرخوانی
- شعر بدون موسیقی: شعرهای مناسبی، مذهبی و ملی و شغل: ها مثلا شغل آتش نشانی که در پیوست شعر ذکر شده است. درمورد شغل‌های دیگر هم می‌توانید با کودکان شعر کار کنید، شعر ۱ و ۲ در پیوست نقاشی
- شعر با موسیقی: مثل شعرهای امیرمحمد از سایت تبیان که قابل دریافت است

نکته: حد و مرز شعر همراه با موسیقی، استفاده از موسیقی مزایای زیادی در یادگیری کودکان دارد. می‌توان برخی از شعرهایی که برای کودکان انتخاب می‌کنیم، همراه با آهنگ باشد. مثل شعرهای امیر محمد. شعرهایی که مفهوم کودکانه داشته باشند و بتوان این

نوع آهنگ‌ها را برای افزایش تمرکز و توجه کودکان در
خلال بازی‌ها استفاده کرد.

(۴) کتاب خوانی

- به کودک کتاب قصه بدهیم و از او بخواهیم خلاصه اش را بنویسد و نقاشی آن قصه را بکشد.

(۵) داستان نویسی خلاق

- جمله ای را خودمان بگوییم و موضوع را مشخص کنیم، سپس از کودکان بخواهیم به نوبت جمله ای بگویند تا بدین ترتیب داستان را کامل کنند.

- نشان کتاب: کودک هر شکلی را که دوست دارد روی کاغذ در ابعاد مشخص نقاشی میکند و سپس با کاموا و چسب می تواند طرح خود را تبدیل به نشان کتاب کند. و به کودک توضیح دهید که از این نشان می تواند موقع مطالعه کتاب استفاده کند. به عبارتی تشویق به خواندن کتاب می شود.

نمایش: با مراجعه به کتاب مجموعه کتاب‌های قصه گویی ۸ و ۷ - کانون پرورش فکری و کودکان و نوجوانان می‌توانیم نمایش‌های ساده ای داشته باشیم برای آنکه که کودکان نمایش آن را اجرا نمایند. همچنین کتاب کلوچه‌های خدا نویسنده: کلر

ژوبرت .کانون پرورش فکری و کودکان و نوجوانان نیز پیشنهاد می‌شود.

۶) تخیل:

▪ برای پرورش تخیل در ذهن کودکان می‌توانیم از تصویر سازی ذهنی استفاده کنیم. مثلا از بچه‌ها بخواهید به آسمان نگاه کنند و ابرها را با دقت ببینند. سپس از آنها بخواهید ابرها را به چه شکلی تصور می‌کنید. یا اینکه با ابرها، شکل‌های متفاوت در ذهن خود درست کنند.

د- علوم

این مهارت به کودکان کمک می‌کند که چطور یاد بگیرند، مشاهده کنند، اطلاعات جمع آوری کنند، نتایج را تفسیر کنند و تفکرشان را درباره ایده‌ها و اتفاقاتی که آنها در زندگی‌شان با آنها روبرو می‌شوند، بازگو نمایند. علوم به کودکان کمک می‌کند تا بتوانند بهتر درک کنند. وقتی بچه‌ها درباره دنیای پیرامون‌شان کشف می‌کنند یاد می‌گیرند، در حقیقت آنها درک بهتری را از وابستگی زندگی خود با محیط به دست می‌آورند. علوم تفکر انتقادی را در بچه‌ها بالا می‌برد.

- علوم زمین و فضا (شب و روز، تفاوت دما)
- علوم زیستی (موجودات زنده، غیر زنده، زمانی زنده مثل کمد و دایناسور):

- در مورد موجود زنده و غیر زنده و زمانی زنده به کودکان آموزش می‌دهیم و به عنوان مثال به کودک مجله می‌دهیم و از او می‌خواهیم که از داخل مجله ای که تصاویر زیادی دارد، موجود زنده، غیر زنده و زمانی زنده را جدا کنند و داخل برگه ای که به سه قسمت مساوی انواع موجود تقسیم شده است، بچسباند.
- مربی پس از معرفی حیوانات خزنده و ساختار بدن آنها به کودکان، نقاشی ای از مارمولک را در اختیار کودکان قرار می‌دهد و از آنها می‌خواهد با لپه و عدس بدن آن را تکمیل کنند. حتی برای شبیه سازی بیشتر که بدن مارمولک نقش و نگار بیشتر دارد، با گواش و مدادرنگی طرح ایجاد کنند.
- یک آزمایش جالب انجام می‌دهیم. در ظرفی کمی سکه، جوش شیرین و مواد رنگی غذایی میریزیم. بعد از مدت کوتاهی به علت واکنش سرکه و جوش شیرین، مواد شروع به فوران کردن می‌کنند. می‌توانیم بدین ترتیب با کودکان درباره کوه آتشفشان صحبت کنیم.

- اعضای بدن: کلاس را به شش گروه تقسیم می‌کنیم و به هر گروه نقاشی یکی از اعضای بدن را می‌دهیم. کودکان باید در گروه خود درباره آن عضو صحبت کنند. سپس یکی از اعضای گروه در مقابل بقیه گروه‌ها می‌ایستد و با نشان دادن عکس عضوی که در دست دارد شروع به صحبت می‌کند. مانند عکس چشم که من چشم هستم. کار من دیدن هست. برای دیدن نیاز به نور دارم. اگر باد بیاید و خاک به داخل چشم راه پیدا کند، گریه می‌کنم و اشک می‌ریزم.
- علوم طبیعی (جامد، مایع، گاز، زبری و سختی، مغناطیس)
- فشار: بادکنکی را باد کرده و سپس رها می‌سازیم. کودکان بدین ترتیب مفهوم فشار را بهتر درک می‌کنند. همچنین می‌توان در ظرفی آب، لیوانی را برعکس قرار داد و توجه کودکان را به هوای ته لیوان جلب کرد. در این حین می‌توانید با کودکان درباره چگونگی کار کردن زیردریایی صحبت کنیم.
- نور: در یک اتاق تاریک چراغ قوه ای را روشن می‌کنیم و تلق‌های رنگی در مقابل آن می‌گیریم. کودکان نورهای رنگی را بدین ترتیب می‌بینند. سپس تلق‌ها را باهم ترکیب می‌کنیم تا کودکان با ترکیب رنگها، رنگهای جدیدی را ببینند.

ه- هنر

وسیله‌ای است جهت بیان احساسات و افکار به طرز ناخودآگاه کودک محیط اطراف خود را آن گونه که می‌بیند ترسیم نمی‌کند، بلکه ترسیم‌های وی مبتنی بر برداشت او از پدیده‌های خارجی است و با رشد کودک و تغییر نگرش‌ها و تفکر وی ترسیم‌هایش تغییر می‌یابد. فعالیت‌های هنری برای کودک زمینه‌ای است نامحدود برای اکتشاف طبیعت، انسان‌ها، رنگ‌ها و شکل‌ها و غیره. در هر لحظه آن تجربه تازه‌ای است در دنیای ناشناخته، وسیله‌ای برای ابراز حالات افکار و آرزوهاست.

■ نقاشی

- یکی از روش‌هایی که نیاز به تجهیزات زیادی ندارد و در اولین برخوردهای ارتباط با کودک بسیار مفید بوده، نقاشی است. اما به دلایلی مانند جلوگیری از هدر رفتن کاغذ و مدادها و حاصل شدن نتایج مناسب با مشخص بودن فضای ذهنی مربی و کودک، موضوعات زیر برای نقاشی کودکان پیشنهاد می‌شود: چیزی که او را خوشحال می‌کند؟ هدیه‌ای که دوست دارد بگیرد؟ چیزی که او را ناراحت می‌کند؟ از چیزی که می‌ترسد؟ کسانی را که

خیلی دوست شان دارد؟ کسی را که دوست ندارد؟ هرکسی نقاشی دوستش را تکمیل کند. آرزوهای خود را نقاشی کنند.

- به کودکان خیار، هویج، پنیر و مواردی از این دست بدهیم و بخواهیم با آنها روی نان، طرحی بسازد. در پایان هر کودک باید طرح خود را میل نماید.

▪ داستان عروسکی

▪ کاردستی

- سفال بازی

- جاگورتا یا مليله کاغذی: جاگورتا به معنی «ایجاد سرگرمی و خلاقیت با رول کردن و تا کردن» است. در واقع کودک می تواند با مقوا یا کاغذ با استفاده از تکنیک های بسیار ساده رول کردن



و تا کردن به راحتی از یک سطح ساده به یک حجم زیبا
کاردستی‌هایی از حیوانات و اشیای مختلف را ایجاد کند.

- نمد دوزی (بیشتر برای دختران کاربرد دارد)

- ربان دوزی (بیشتر برای دختران کاربرد دارد)

ی- مهارت‌های حرکتی

رشد مهارت‌های حرکتی کودکان، ملاکی است برای ارزیابی رشد طبیعی
ذهن و جسم آنها. هرچه تجارب کودک در تعامل با محیط متنوع تر باشد،
توانایی‌هایش افزایش می‌یابد و قابلیت‌های حرکتی کودک در طول زندگی
به طور مداوم تغییر می‌کنند و همزمان با تغییرات حرکتی تحقیقات روان
شناختی و اجتماعی مشاهده می‌شود.

(۱) تعادل (ایستا/ پویا)

▪ تعادل پویا

- لی لی (دو شکل آن)

▪ تعادل ایستا

- بازی خروس چیه: روباه دنبال خروس می‌کند و خروس‌ها اگر به
صورت لک لک پا در هوا بایستند، روباه نمی‌تواند آنها را بگیرد.

(۲) هماهنگی چشم و دست

- طناب کشی
- وسطی
- شیطونک: ابتدا باید یک دایره به اندازه یک توپ تنیس روی زمین کند و پنج تا دیگه با کمی فاصله به دور آن دایره اصلی کنده شود. بعد همه بازیکنان هر کدام یکی از چاله‌ها را برای خود انتخاب می‌کنند. یک نفر به فاصله هفت قدمی چاله‌ها می‌ایستد و توپ را به طرف چاله‌ها پرتاب می‌کند. بقیه باید کنار چاله‌ها بایستند. توپ در چاله هرکسی بیفتد باید سریع توپ را بردارد و به طرف بقیه که در حال فرار هستند، پرتاب کند. به هر کسی که توپ برخورد نکند آن کس که نتوانسته دیگران را بزند از دور بازی خارج می‌شود. پرتاب کننده تنها یک بار می‌تواند توپ را پرتاب کند. به همین منوال بازی پیش می‌رود تا فقط یک شخص باقی بماند.
- پاکسازی: محوطه بازی یا اتاق را به دو قسمت با طنابی تقسیم می‌کنیم. تعدادی توپ در زمین قرار می‌دهیم. زمانی را تعیین می‌کنیم و از بچه‌ها می‌خواهیم پس از پایان زمان نباید در زمین شان توپی باشد. در واقع بچه‌ها باید در این زمان داده شده،

توپ‌ها را به زمین گروه مقابل پرتاب کنند تا زمین آنها حالی از توپ بماند.

(۳) هماهنگی چشم و پا

- شمع گل پروانه

- کش بازی: ابتدا باید دو سر یک کش سه یا چهار متری را به هم گره بزنید. بعد دو بازیکن درون دایره کش می‌ایستند و از هم دور می‌شوند تا کش به پشت پاهایشان چسبیده و محکم شود. بازیکن سوم باید اول بپرد داخل فضایی که با کش درست شده بعد باید به بالا بپرد و در حین پایین آمدن یک پایش روی یک طرف کش و پای دیگرش روی آن طرف کش فرود بیاورد و کش را تا زمین زیر پایش بیاورد. بعد پاهایش را باز کند تا کش بین دو تا پایش بالا رود و در آخر یک پایش را می‌آورد به سمت پای دیگرش تا از رو کش رد شود و کش به حالت اولیه برسد بعد جفت پا می‌پرد روی یک طرف کش و بعد روی طرف دیگر و از روی کش می‌پرد به کنار. در آخر فرد باید در یک طرف کش بایستد و کش را روی آن پا قرار دهد و بپرد و با خود کش را به طرف کش دیگر ببرد.

۴) چابکی

- بازی زو
- قایم باشک
- قلعه بازی: در بازی قلعه یا نجات ابتدا یارکشی می‌شود و سپس با شیر یا خط یکی از گروه‌ها به گرفتن یاران گروه دیگر می‌پردازد، هر کسی که دستگیر می‌شود به کنج دیواری برده شده که به آن قلعه گفته می‌شود. اگر در این حال یکی دیگر از اعضای گروه بتواند به قلعه نزدیک شود و دستش را به یکی از افراد دستگیر شده بزند آنها آزاد می‌شوند. بازی تا هنگامی که تمام افراد گروه دستگیر شوند ادامه می‌یابد و سپس دو گروه تعویض می‌شوند.
- بالا بلندی (گرگم به هوا): یکی از کودکان گرگ می‌شود و برای اینکه گرگ بچه‌ها را نگیرد باید به یک بلندی بروند.
- تور و ماهی گیر: یکی از کودکان ماهیگیر می‌شود و بقیه ماهی‌ها (کودکان) را باید به صورت لی لی یا بدو بدو را دنبال کند.
- استپ هوایی: نام دیگر این بازی احتمالاً استپ آزاد است. در این بازی که به وسیله تعدادی بازیکن به همراه یک توپ انجام می‌شود (تعداد نفرات نامحدود)، توپ توسط فرد شروع کننده

بازی به هوا پرتاب می‌شود، همزمان با پرتاب توپ به هوا نام شخصی از بازیکنان حاضر توسط پرتاب کننده با صدای رسا گفته می‌شود. فردی که نام او برده شده سعی می‌کند که توپ را بدون اصابت آن به زمین بگیرد. در این حین دیگر بازیکنان شروع به دویدن و دور شدن از آن منطقه می‌نمایند. فردی که نام او برده شده در صورتی که موفق به گرفتن توپ شد، دوباره عمل پرتاب توپ به هوا و صدا زدن نام یکی دیگر از بازیکنان را انجام می‌دهد. در صورتی که موفق به گرفتن توپ نگردید، آنگاه به دنبال توپ دویده و سعی می‌نماید هرچه سریعتر توپ را بگیرد. به محض گرفتن توپ می‌گوید: ”استپ“. بازیکنان دیگر به محض شنیدن کلمه استپ موظفند در هر جایی که هستند، توقف نمایند. شخصی که توپ را در دست دارد، می‌تواند به دلخواه به طرف هر کسی که نزدیک تر بوده، به صورت لی لی حرکت کرده و یا با سه قدم، به پای او ضربه بزند. در این حالت هیچ‌یک از بازیکنان مجاز به حرکت نمی‌باشند. در صورتی که به حالتی که گفته شد فرد نتوانست با سه قدم خودش را به نزدیکترین فرد برساند، یک امتیاز منفی به ضرر فردی که توپ به او برخورد نموده منظور شده و بازی مجدداً توسط او آغاز

می‌شود. در صورتی توپ به وی برخورد ننماید، یک امتیاز منفی به ضرر شخص پرتاب کننده منظور گردیده و بازی مجدداً توسط او آغاز می‌شود. بازی با همین چرخه تکرار شده تا امتیاز منفی شخصی به عدد مورد توافق و از پیش تعیین شده‌ای برسد. در این حالت دیگر بازیکنان به غیر از شخص دارای امتیاز منفی وارد شور شده و نامی مستعار برای وی انتخاب می‌نمایند. از اینجا به بعد وی را با نام مستعار انتخاب شده می‌خوانند (در هنگام پرتاب توپ به هوا). هر کس وی را با نام اصلی وی صدا کند، یک امتیاز منفی به حسابش منظور خواهد شد.

- طناب بازی: بچه‌ها به صورت گروهی به صورت دایره می‌ایستند. یک نفر در وسط دایره طناب بلندی را به دست می‌گیرد و با تمام سرعت آن را می‌چرخاند. بچه‌ها باید سعی کنند که طناب به پایشان نخورد و از روی طناب بپرند.
- این توپ، توپ بازیه بپا تو دستت نمونه. تو دست هر کسی بمونه از بازی بیرون می‌مونه: بچه‌ها به صورت دایره می‌نشینند و توپ را دست به دست می‌کنند و باید سرعت شان بالا باشد تا توپ در دست شان نماند. برای مهیج شدن بیشتر می‌توانند این شعر را بخوانند.

- دویدن با کیسه: این بازی مانند مسابقه دو است با این تفاوت که باید هر دو پای دهنده داخل نایلون یا گونی بزرگ باشد و دهنده با گرفتن سر گونی سعی کند با پریدن به خط پایان برسد. کسی که زودتر از بقیه به خط پایان برسد، برنده است.

بازی‌های مناسب برای کودکان زیر هفت سال

از ۲ الی ۴ سالگی مکعب‌هایی که رنگ‌های متفاوت داشته و هر ضلع آنها ۵ الی ۷ سانتی متر باشد، برای کودکان مناسب است. کودک با این مکعب‌ها می‌تواند اشکال هندسی گوناگون بسازد و با در کنار هم قرار دادن رنگ‌های گوناگون فکر و اندیشه و نیروی سازندگی و تشخیص خود را پرورش دهد. در ۵ سالگی کودک دارای قوه تصور عالی است و از تماشای نمایش نامه درام لذت می‌برد. او می‌تواند خط راست را با قیچی ببرد. یک قسمت را به خوبی رنگ می‌زند. در این سن کودک از کلام آهنگ دار و قصه‌هایی که قطعات تکراری دارند لذت می‌برد، معمولاً سعی می‌کند آنچه را دیده اند بسازند. خلق کردن برای بچه‌ها جذابیت زیادی دارد؛ مثلاً درست کردن کاردستی، پس وسایل مورد نیاز را در اختیار او قرار دهید مثل چسب، قیچی، عکسهای مختلف. شما می‌توانید با جمع آوری برگها یا گل‌های

مختلف و چسباندن آنها روی کاغذ به کودک کمک کنید اشکال جدیدی بسازد.

در سن ۶ سالگی بازی‌های فردی، که به صورت دویدن و بالا رفتن بود، به صورت بازی‌های جمعی درمی‌آید. کودک بیشتر اوقات با کودکان دیگر بازی می‌کند، ولی یک همبازی را ترجیح می‌دهد و تمایل به بازی در گروه‌های کوچک در او دیده می‌شود، بازی ابداع می‌کند و در هنگام بازی قواعد و مقررات آن را تغییر می‌دهد. در این سن کودکان علاقه‌مند به بازی‌های نمایشی هستند و از این طریق احساس لذت می‌کنند.

کودکان از همان سال‌های اولیه مهارت‌هایی را کسب می‌کنند که برای ادامه بهتر زندگی تعیین کننده هستند. شیوه‌های فکر کردن، روش‌های برقراری ارتباط با دیگران، پرورش کنجکاوی و اعتماد به نفس توانایی‌هایی است که در سنین زیر ۷ سال به وجود می‌آید. از سوی دیگر این اشتباه بزرگی است که بازی را برای کودکان تنها وسیله ای برای سرگرمی بپنداریم، بازی وسیله ای برای یاد دادن مفاهیم مهم به کودک می باشد.

بدین ترتیب سعی نمودیم فعالیت‌های مختلفی را با امکانات ساده برای رشد و شکوفایی هرچه بیشتر کودکان دچار بحران زیر ۷ سال در راستای تقویت قوای جسمانی، ذهنی و همچنین دست ورزی آنان پیشنهاد دهیم.

تقویت قوای جسمانی

❖ **قطار آشنایی:** بعد از ردیف کردن کودکان از کوتاه و بلند در یک صف، از آنها می‌خواهیم که مانند یک قطار شروع به راه رفتن کنند و به قسمت‌های مختلف مدرسه بروند. مربی از کودکان بخواهد روی خطوط موزاییک در راهروها حرکت کنند و می‌توان بر روی زمین خطوطی به حالت‌های مختلف رسم نمود و از کودکان خواسته تا روی آنها حرکت کنند.

❖ **بند باز ماهر:** از کودکان می‌خواهیم که به صورت انفرادی بر روی خطوط رسم شده بر روی زمین حرکت کنند. حتی می‌توانید خطوطی با حالت‌های مختلف (صاف، منحنی، شکسته) با رنگ‌های مختلف رسم کنید، که در چند نقطه با همدیگر مشترک باشد. حالا از کودکان می‌خواهیم که همانند یک بندباز ماهر دستان خود را به دو طرف بدن باز کرده و صاف نگه دارند و از روی خطوط حرکت کنند به طوری که از آنها خارج نشود و با دیگر دوستان خود برخورد نکنند.

❖ **هرکی زودتر برسه:** مربی کودکان را به فضای باز مدرسه برده و از آنها می‌خواهد در یک فضا قرار گیرند و پس از شروع بازی از طرف

مربی کودکان باید با حالت‌های مختلف حرکت کردن، از جمله لی لی کردن، پرش جفت پا که از طرف مربی تعیین شده است خود را به طرف دیگر فضای مدرسه برسانند. در میان بازی مربی فرمان ایست به کودکان می‌دهد و آنها در هر مکانی که هستند، باید به همان حالت بایستند. در صورت ادامه حرکت توسط هریک از کودکان، آن کودک باید بازی را دوباره آغاز کنند. کسانی که زودتر به آن سوی محوطه برسند، امتیاز بیشتری می‌گیرند

❖ **هرکی شکلک در بیاره:** کودکان را به فضای باز برده و از آنها می‌خواهیم با فاصله در محیط پخش شوند و حالا با خواندن این شعر هر کی شکلک در بیاره، شکل عروسک درآره، ۱، ۲، ۳، از کودکان می‌خواهیم خود را به حالت‌های مختلف مانند درخت، سنگ، صندلی، چتر و ... درآورند. هر زمان که کودکان شماره ۳ را از زبان مربی شنیدند به همان حالت بدون حرکت بایستند.

❖ **مواظب بادکنک باش:** مربی یک بادکنک را باد کرده و در اختیار هر کودک می‌گذارد. از آنها می‌خواهد با ضربه زدن به زیر آن نگذارند بر زمین بیافتند. کودکان این کار را می‌توانند با تعیین مربی با اعضای مختلف بدن اجرا کنند. مثلاً با دست ضربه بزنند یا با پا یا با سر، زانو پشت دست بادکنک را کنترل کرده تا با زمین برخورد نکند. می‌توان

بادکنک را به پای هر یک از کودکان بست و از آنها خواست در عین حال که مواظب بادکنک خود هستند که نترکد، با پای دیگر خود بادکنک دوست خود را بترکاند در پایان بازی آن فرد که بادکنکش نترکیده، امتیاز بیشتری می‌گیرد.

❖ **کودکان دایره‌ای:** مربی کودکان را به دو گروه مساوی تقسیم

می‌کند. از کودکان یک گروه می‌خواهد که دست به دست هم دهند و یک دایره در فضای باز مدرسه تشکیل دهند و به صورت دایره ای آرام بچرخند گروه دیگر در فضای خارجی دایره درست شده، پراکنده حرکت می‌کنند. حالا با فرمان مربی که "همه داخل شوید" از زیردستان کودکان دایره رد شده و داخل می‌شوند. حالا با فرمان "خارج شوید" از سوی مربی کودکان و زیر دستان کودکان دایره ای خارج و در فضای باز پراکنده می‌شوند. در مرحله بعد گروه کودکان دایره‌ای جای خود را با دوستانشان که خارج از دایره بودند، عوض می‌کنند. مربی می‌تواند برای جذابیت بیشتر بازی، ریتم خارج و داخل شوید را با سرعت بیشتری به عنوان نمایند

❖ **بولینگ با بطری:** شش بطری نوشابه غیر شیشه یا آب معدنی

کوچک که با آب شده است و یک عدد توپ برای گروهی از کودکان

تهیه می‌کنیم. کودکان را به دو گروه تقسیم نموده، بطری‌ها را به شکل یک سه گوش می‌چینیم و کودکان در نقطه شروع پشت سرهم می‌ایستند و توپ را به سوی بطری‌ها می‌غلطانند. هنگام غلطاندن توپ، پای مخالف دست پرتاپ، را جلو بگذارند و به جلو ختم شوند. برای تنوع در بازی کودک می‌تواند زانو بزند یا بنشیند و توپ را بغلتاند یا با دو دست با یک دست توپ را بغلتاند. هر کودک می‌تواند تا ۳ بار توپ را بغلتاند تا موفق شود همه بطری‌ها را بیاندازد و در انتهای صف قرار می‌گیرد.

تقویت قوای ذهنی

- ❖ **بگرد و پیدا کن:** تعدادی کارت با رنگ‌های مختلف در ابعاد متفاوت به کودکان نشان داده و می‌خواهیم که نام رنگ‌ها را بیان کنید. سپس سه نفر از آنها را به خارج از کلاس فرستاده و کارت‌ها را در جاهای مختلف کلاس قرار می‌دهیم تا کودکان پس از ورود به کلاس آنها را پیدا کنند کسی که بیشترین کارت را پیدا کند، ستاره می‌گیرد.
- ❖ **بگو تو تصویر چی بوده:** تصویری را مقابل دیدگان کودک در کلاس نصب کرده و می‌خواهیم به دقت به تصویر نگاه کنند و

چیزهای را که در تصویر می‌بینند، بگویند. حال تصویر را برگردانده و از کودکان می‌خواهیم هر آنچه را که از تصویر دیده‌اند و به خاطر دارند بیان کنند، ضمن آنکه مربی می‌تواند از تصاویر متعدد برای این منظور استفاده کند.

❖ **دستان بینا:** مربی داخل یک جعبه وسایلی از قبیل لوازم

شخصی یا مثلاً اسباب بازی و یا هر چیز کوچکی که در دسترس هست، می‌گذارد. چشمان یکی از کودکان را با دستمال بسته و می‌خواهد با دستانش وسایل داخل جعبه را لمس کنند و آن وسیله‌ای را که مربی از او می‌خواهد را از جعبه بیرون آورد.

❖ **چطوری کمک می‌گیری؟** از کودکان می‌خواهیم که تصور

کنند گلو درد شدید دارند و صدای آنها کاملاً گرفته است. در اتاقشان بسته شده است و نمی‌توانند آن را باز کنند، می‌خواهیم از مادرش کمک بگیرند. او را چگونه خبر می‌کنند کودکان به نوبت تصوراتشان را نمایش می‌دهند.

❖ **دست راستم کجایی؟** مربی از کودکان می‌خواهد تا اندام‌های

دو تایی بدن خود را نشان دهند. بعد با تشویق کودکان به دست دادن با یکدیگر توجه آنها را به اینکه فقط با دست راست دست

می‌دهیم و این دست را در دست راست می‌گویند جلب می‌کند و به این ترتیب از کودکان می‌خواهند اندام‌های مختلف را در سمت چپ یا راست نشان دهند. برای مهیج تر شدن این فعالیت به شعر شماره ۳ در پیوست شعر مراجعه نمایید.

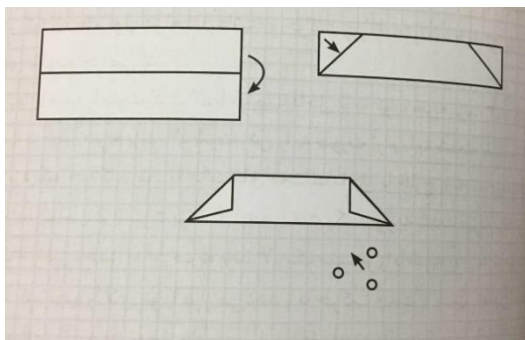
❖ گوش باهوش: مربی کودکان را به گروه‌های چهار نفره تقسیم

می‌کند. در گوش نفر اول از هر گروه نام سه شغل را بیان می‌کند. حال نفر اول باید در گوش نفر دوم کلمات شنیده شده از زبان مربی را بیان کنند و به همین ترتیب نفرات بعدی، آخرین نفر باید با صدای بلند کلماتی را که از دوستش شنیده، بیان کند. در آخر گروهی که کلمات بیان شده را کامل و صحیح بیان کنند، مورد تشویق قرار می‌گیرند. می‌توانید در کسب توانایی‌های کودکان از تعداد مشاغل بیشتر از ابزار کار مشاغل استفاده نمایید.

❖ شوت یک ضرب: مربی از کودکان می‌خواهد تا ۴ گوشی به

شکل زیر از کاغذ ببرند و مانند نمونه تا کنند. گوشه‌های شکل به دست آمده را به طرف پایین تا کنند. حالا برای بازی از روزنامه سه توپ کوچک درست کنید. در پایان این مرحله هر یک از کودکان یک دروازه و سه توپ برای بازی در اختیار دارند.

هر سه توپ را از داخل مشتشان روی زمین بیندازند، توپی که میان دو توپ دیگر قرار گرفته و با انگشتشان طوری ضربه بزنند که از بین دو توپ دیگر عبور کنند و به سمت دروازه حرکت کنند این حرکت را آنقدر باید ادامه دهند تا توپ وارد دروازه شود.



❖ **داستان خوانی:** هر روز فرصتهایی برای خواندن داستان به طور گروهی یا انفرادی برای کودکان فراهم کنید. مهارت‌های زبان و لغت را افزایش دهید. در بین داستان خوانی از بچه‌ها سؤال کنید که انتهای داستان را حدس بزنند یا از روی تصویر راهنمایی‌شان کنید.

❖ **اجرای نمایش نامه:** در این سن کودکان از اجرا کردن نمایش لذت می‌برند. اما اگر این کار برای آنها دشوار هست، مربی برای

آنها نمایش اجرا کند و از کودکان بخواهیم ادامه اش را حدس بزنند یا نقاشی کنند.

❖ بازی‌های شاد: روی کاغذهای مربعی شکل، تصاویر مختلفی

از چهره‌هایی را ترسیم کنید که به نوعی ناراحت، عصبانی، غمگین و بیمار هستند. کاغذها را داخل سبد بگذارید. از کودک بخواهید یکی از کاغذها را بیرون بیاورد و چهره روی کاغذ را با پانتومیم بازی کند. به طور مثال، برای چهره «غمگین»، کودک باید ادای گریه کردن در بیاورد. وظیفه بچه‌های دیگر این است تا از او بخواهند احساس بهتری داشته باشد. ابتدا آنها باید از کودک سؤال بپرسند؛ چرا غمگینی؟ چطور می‌توانم به تو کمک کنم؟ و کودکی که پانتومیم بازی می‌کند، پاسخ سوالها را می‌دهد و کودکان دیگر سعی می‌کنند برای داشتن احساس خوب به او راهکاری ارائه کنند. به طور مثال، او را در آغوش بکشند یا به او بگویند متاسفم.

❖ ساخت پازل اشکال هندسی: چند مقوا بردارید و اشکال

هندسی را از آنها جدا کنید. مانند مربع، مثلث و با ابعاد مختلف. بعد از بچه‌ها بخواهید هر شکل را سر جای آن بگذارند.

❖ **مفهوم اندازه گیری:** چند تکه چوب در اندازه‌های مختلف به کودک دهید و از او بخواهید چوب‌ها را به ترتیب بلندی در کنار هم بچینند یا در دو ردیف دفترها را روی هم بچینید. یکی ردیفی با نه دفتر باشد و دیگری با ۵ دفتر. بعد از بچه‌ها پرسید برای اینکه با هم برابر شوند، چند دفتر از یک ردیف به ردیف دیگر اضافه کنیم. البته توجه داشته باشید که اشیا باید از یک نوع باشند یعنی مثلا همه اشیا دو ردیف دفتر باشند.

تقویت دست‌ه‌زی

❖ **کاغذهای ریزه میزه:** مقداری کاغذ روزنامه در اختیار کودکان قرار می‌دهیم و از آنها می‌خواهیم که آن را با دستان کوچک خود پاره پاره کرده و ریز خرد کنند. حالا از کودکان می‌خواهیم که بگویند به چه روشهایی می‌توانیم کاغذهای خرد شده را از روی میز بلند کنیم. بلند کردن با دستان خود، فوت کردن، ضربه زدن با دست روی میز و در نهایت مربی بازی بادکنک چسبنده را مطرح می‌کند. به این صورت که به هر یک از گروه‌ها یک بادکنک باد شده می‌دهد و از آنها می‌خواهد که با مالیدن

بادکنک لباس‌های خود بلند کردن خورده کاغذها را به این روش امتحان کنند.

❖ **جشن مداد رنگی‌ها:** با قرار دادن مداد رنگی و کاغذ سفید در

اختیار کودکان از آنها می‌خواهیم که با تمام رنگ‌های مداد رنگی‌های خود بر روی برگه روبان‌های رنگی برای جشن مداد رنگی‌ها به صورت منظم بکشند. مربی می‌تواند جهت راهنمایی کودکان از آنها بخواهد مثلاً با رنگ‌های مختلف خطوطی از بالا به پایین، از پایین به بالا، از چپ به راست و از راست به چپ یا بطور شکسته یا منحنی روی برگه‌های خود بکشند و یا با هر شکل دیگری جشن مداد رنگی‌ها را کامل تر کنند.

❖ **عکس‌های توی قاب:** مربی با در اختیار قراردادن صفحاتی از

روزنامه و مجله دارای تصاویر کوچک و بزرگ به کودکان از آنها می‌خواهد تا تصاویر را از روی روزنامه با دستان جدا کنند و در برگه به عنوان یک قاب بچسبانند.

❖ **بیا قاب بسازیم:** می‌خواهیم برای عکس‌های بریده و چسبانده

شده در قسمت قبل، یک قاب درست کنیم و روزنامه را در اختیار کودکان قرار داده و از آنها می‌خواهیم از یک طرف روزنامه شروع

به تا زدن‌های کوچک کنند تا به انتهای روزنامه برسند. حالا روزنامه‌های تا شده را در دو طرف کاغذ عکس‌های بریده و چسبانده شده در مرحله قبل، مقابل هم می‌چسبانیم. می‌توان با همان تا زدن یک پایه برای قاب عکس مان تهیه کرده و در پشت آن بچسبانیم.

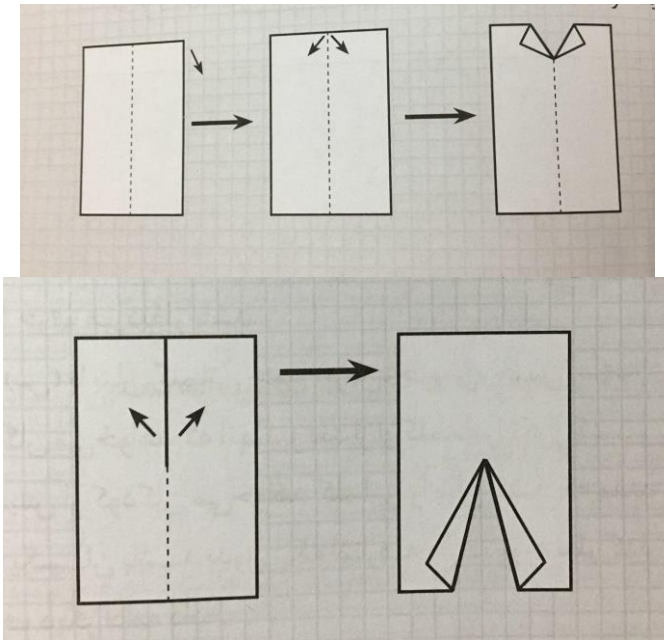
❖ نقاشی فنری من: یک برگه A5 در اختیار کودک گذاشته و

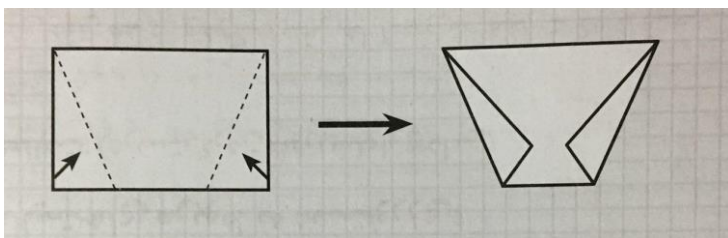
می‌خواهیم دست خود را روی برگه بگذارد و با دست دیگر دور آن را با مداد رنگی دورکشی کند. حال از قوه تخیل خود استفاده کرده و آن را به هر شکلی که دوست دارد، تبدیل کند. از کودک می‌خواهیم برگه نقاشی شده را شروع به تا زدن کند به گونه‌ای که از پایین برگه یک تا به رو و یکی به زیر تا بالای کاغذ تا بزند. حالا یک نقاشی فنری داریم که با باز و بسته کردن آن، یک دست با انگشتان کوتاه و یک دست با انگشتان بلند خواهیم داشت.

❖ درست کردن بلوز شلوار و دامن: مربی چهارگوشی به شکل

مستطیل به کودکان می‌دهد، و از کودک می‌خواهیم آن را از وسط تا بزنند و از قسمت بالای خط تا یک مقدار برش بزنند.

حالا قسمت برش زده را تا بزنند تا شبیه یقه شود. دوباره برای شلوار هم این کار را انجام می‌دهیم ولی برش را از قسمت پایین و به مقدار بیشتر انجام می‌دهیم. برای دامن کودکان گوشی‌های بیرونی چهارگوش را باید تا به زنند. حالا کودک لباس آماده شده را روی برگه چسبانده و می‌توانند برای آنها اعضای مختلف بدن را نقاشی کنند.

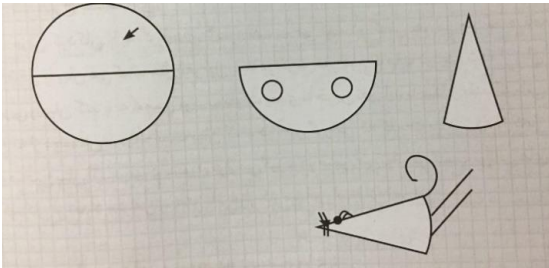




❖ **دست دوستی:** کودک دست راست خود را داخل یک رنگ اصلی یا فرعی می‌زند و دست رنگی را در کتاب خود و دوستش می‌زند. دوستش نیز دست خود را داخل یک رنگ اصلی یا فرعی دیگر می‌زنند و در کتاب او و خودش چاپ می‌کنند و این دو کودک با هم دست می‌دهند و دوباره در کتاب چاپ می‌زنند تا ترکیب دو رنگ را با هم ببینند.

سفید + قرمز = صورتی / زرد + آبی = سبز / زرد + قرمز = نارنجی

❖ **موش جونده:** مربی از کودکان می‌خواهد که یک گردی از کاغذ رنگی و یا ساده ببرند. آن را از وسط تا کنند و دو نیمه گردی را به هم بچسبانند. دو سوراخ در قسمت زیر ایجاد کنند به طوری که انگشت در آن جا بگیرد. از یک تکه کاغذ دوتا گوش برای موش ببرند و بچسبانند. برای دم موش از سیم روکش دار و برای سبیل‌ها از کاموا استفاده کنند و محل چشم‌ها و بینی را نقاشی کنند.

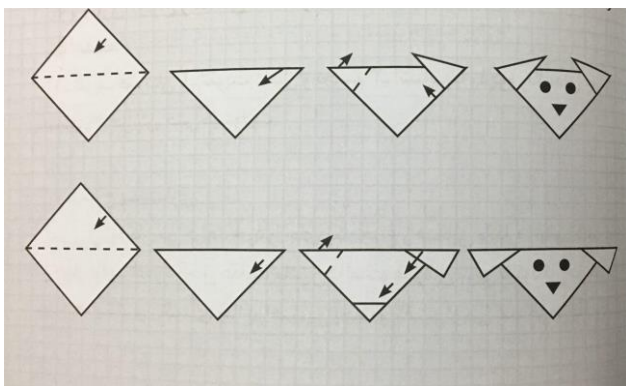


❖ **مفهوم داخل و خارج (کاردستی):** مربی شکل ماهی را روی نیمه سیب زمینی کشیده و دور آن را در آورده، از کودکان می‌خواهد یک تنگ بزرگ در دفترشان کشیده و ماهی را داخل آن چاپ کنند.

❖ **دمپایی روفرشی (کاردستی):** از کودکان بخواهید که پای خود را روی مقوا گذاشته دورکشی کنند و دور آن را ببرند. سپس نوار کاغذی دمپایی را درست کنند. نحوه نصب نوارهای کاغذی می‌توانند به سلیقه خود کودک باشد و در حالت ضربدری یا موازی.

❖ **سگ و گربه:** یک کاغذ چهارگوش بردارید و مانند شکل زیر از روی نقطه چین‌ها را بزنید تا تبدیل به یک سه گوش شود. حال گوشه‌های سه گوش را به سمت بالا و پایین تا زده تا ماسک

آماده شود. آن را روی یک چوب بستنی وصل کنید و نمایشی از داستان دشمنی سگ و گربه را اجرا کنید.



❖ **پشت پنجره بسته:** مربی مقوای چهارگوش مانند شکل زیر در اختیار کودک می‌گذارد تا آن را از قسمت نقطه چین تا کنند. سپس از طرف بسته و قسمت نقطه چین قیچی کنند. مقوا را باز کرده و از قسمت خط تا ببرند. حالا پنجره را باز کنند. یک کاغذ سفید پشت آن چسبانده و گل زیبای داخل باغچه فرضی را در آن نقاشی کنند.

❖ **برش خطوط:** به بچه‌ها روزنامه بدهیم و روی روزنامه‌ها خطوط صاف و در مراحل بعد خطوط شکسته و منحنی رسم کنیم و از آنها بخواهیم خطوط را قیچی کنند.

❖ **نقاشی روی سنگ:** روز قبل از کودکان بخواهیم برای روز بعد خود یک سنگ مسطح که آن را خوب شسته باشند، بیاورند. سپس با در اختیار گذاشتن مداد شمعی از کودکان بخواهیم روی سنگ‌ها نقاشی کنند.

فهرست اسباب بازی‌های مناسب برای کودکان زیر هفت

سال

- انواع پازل با ۹ تا ۱۵ قطعه،
- لگو یا بلوکه‌های ساختمان سازی،
- مهره‌های رج شونده،
- وسایل ساده نجاری (چکش، اره کوچک)،
- طناب برای طناب بازی،
- قطعه‌های چوبی و پلاستیکی برای خانه سازی،
- تخته سفید مخصوص کودکان در ابعاد کوچک،
- تلفن،
- ظرف‌های کوچک غذاخوری و آشپزی،
- وسایل باغبانی (بیلچه، شن کش و...)
- آهن‌ریا، براده آهن، تکه آهن،
- دومینو.

پیهست قصه

جبهه شادی

نیکی در شهر کوچکی که نه خیلی دور نه خیلی نزدیک بود زندگی می‌کرد. خانه آنها نزدیک یک باغ بود و او هر روز بعد از ظهر توی باغ می‌رفت و با دوستانش بازی می‌کرد. بعضی وقت‌ها هم توی خانه با اسباب بازی‌هایی که داشت بازی می‌کرد. یک روز بعد از ظهر وقتی که به باغ رفت، هیچ بچه‌ای آنجا نبود. او به قسمت‌های مختلف باغ رفت تا شاید دوستانش را ببیند، اما هیچ کس را پیدا نکرد. بعد زیر سایه درختی نشست و به گل‌های اطرافش نگاه کرد.

یک باره چشم‌هایش آرام آرام سنگین شدند، انگار خوابش گرفته بود، ناگهان هوا پر از عطر گل شد، گل یاس، گل همیشه بهار.

نیکی به دور و برش نگاه کرد، دید باغ بسیار زیباتر و سرسبز تر شده است. انگار که در باغ دیگری بود. همه جا پر از پروانه و قاصدک بود و از همه جا صدای جیرجیرک‌ها شنیده می‌شد. همان موقع یک شاپرک جلو آمد و گفت: سلام، از اینکه پیش ما هستی، خیلی خوشحالیم.

نیکی کمی تعجب کرد و گفت: من کجا هستم؟

شاپرک گفت: اینجا باغ شادی‌ها است، به باغ شادی‌ها خوش آمدی!

نیکی با خودش گفت: باغ شادی‌ها؟! در باغ شادی‌ها باید چه بکنیم؟
 شاپرک از نیکی خواست با او بیاید، خودش بال زد و نیکی هم به دنبال
 او حرکت کرد. شاپرک کنار یک درخت نشست. پای درخت دو جعبه بود.
 شاپرک یکی از جعبه‌ها را نشان داد و گفت: این جعبه ناشادی است.

نیکی تکرار کرد: جعبه ناشادی؟! این دیگر چه جعبه ای است!
 شاپرک توضیح داد: چیزهایی در زندگی ما هستند که نمی‌گذارند شاد
 باشیم و نمی‌گذارند از شادی‌های زندگی‌مان لذت ببریم. بعد از نیکی
 پرسید: چه چیزهایی تو را غمگین می‌کند و نمی‌گذارد شاد باشی؟ نیکی
 کمی فکر کرد و گفت: وقتی کسی مرا هل می‌دهد یا با کسی دعوا می‌کنم،
 غمگین می‌شوم و احساس خوبی ندارم.

شاپرک برگ درختی را برداشت و روی آن نوشت: دعوا کردن با دیگران
 و آن را در جعبه ناشادی‌ها انداخت.

بعد هم پرسید: دیگر چه چیزی تو را غمگین می‌کند؟
 نیکی بیشتر فکر کرد و گفت: وقتی که نمی‌توانم کاری را خوب انجام
 بدهم، وقتی دیگران به من توجه نمی‌کنند، وقتی خجالت می‌کشم که به
 کسی بگویم او را دوست دارم، وقتی نمی‌توانم حرف‌هایم را بزنم، وقتی
 کسی مرا تحقیر می‌کند، وقتی پدر و مادرم از دستم عصبانی می‌شوند و

نیکی همین طور می‌گفت و شاپرک آنها را روی برگ درخت می‌نوشت و داخل جعبه ناشادی‌ها می‌انداخت.

وقتی تمام شد، شاپرک جعبه دوم را به نیکی نشان داد و گفت: این جعبه شادی‌ها استو حالا در آن را باز کن و خوب گوش کن.

نیکی در جعبه را به آرامی باز کرد. موسیقی از آن قشنگ شنیده می‌شد و سپس صدایی شنید که می‌گفت: تو می‌توانی تمام کارهای خوب را انجام دهی. دیگران را دوست داشته باش تا آنها نیز تو را دوست بدارند. به دیگران توجه کن، آنها را درک کن. بگو که دیگران را دوست داری. برای انجام کارهای خوب خجالت نکش. صبور باش. فقط کلمه‌های محبت آمیز بگو. به دیگران کمک کن، همیشه درباره خودت و دیگران فکرها را خوب داشته باش. بعد صدا آرام شد و در جعبه آرام آرام بسته شد.

نیکی با تعجب پرسید: این‌ها چه بودند؟

شاپرک گفت: اینها راز شاد بودت هستند. اگر آنها را انجام بدهی، می‌توانی همیشه در باغ بمانی و یا هر جا که می‌روی، احساس شاد بودن را همراه خود داشته باشی.

نیکی گفت: من دوست دارم این کارها را انجام بدهم اما یادم می‌رود که چه کار باید بکنم.

شاپرک بال و پرش را به هم زد و گفت، جعبه شادی‌ها را به او می‌دهد و نیکی می‌تواند هر روز صبح در جعبه را باز کند. اما این بار فقط یک چیز گفته می‌شود و او می‌تواند هر روز راز جدیدی را بشنود. شاپرک از نیکی خواست هر بار که جعبه ی شادی رازی را به او می‌گوید، همان را در طی آن روز انجام بدهد.

نیکی خیلی خوشحال شد و قول داد که هر روز به رازی که جعبه می‌گوید، گوش بدهد و آن کار را انجام بدهد. بعد هم جعبه را از زیر درخت برداشت. وقتی جعبه را برداشت، ناگهان احساس کرد که دوباره خوابش گرفته است. چشمانش سنگین شد و انگار خوابید. اما وقتی چشمانش را باز کرد، دید در باغ کنار خانه خودشان است و جعبه هم در دستانش است. نیکی با خوشحالی به سمت خانه شان دوید تا بتواند راز اولین جعبه شادی را بشنود.

وقتی این قصه را برای بچه‌ها خواندید، به آنها بگویید از فردا صبح جعبه شادی یک راز را به آنها هم خواهد گفت. روز بعد وقتی بچه‌ها به کلاس می‌آیند، یکی از رازها را برای بچه‌ها بگویید و سعی کنید آن را همه با هم انجام بدهید.

قصه ستاره‌ها

یکی بود، یکی نبود. خورشید خانم بود و یک عالمه بچه‌هایش که توی آسمون زندگی می‌کردند. ستاره‌ها بچه‌های خورشید خانم بودند. او هر روز بچه‌هایش را بیدار می‌کرد. در آغوش می‌گرفت و در آسمان پخش می‌کرد. خورشید خانم همه ی بچه‌هایش را دوست داشت و از نور و گرمای خودش به آنها می‌داد. ستاره‌ها هم که مادر خوب و مهربانی مثل خورشید خانم داشتند، سعی می‌کردند مثل او مهربان و دوست داشتنی باشند. هر یک از بچه‌های خورشید خانم اسمی داشتند. یکی از ستاره‌ها اسمش دوستی بود، یکی مهربانی، یکی شجاعت، یکی از آنها اسمش عشق بود. سادگی، صبوری، همدلی، همکاری، محبت، شادی و احترام هم نام‌های ستاره‌های دیگر بود. خورشید خانم بهترین اسم‌ها را روی ستاره‌هایش گذاشته بود.

یک روز وقتی ستاره دوستی در آسمون بازی می‌کرد، دید دو کودک روی زمین با هم دعوا می‌کنند. او با خواهرش که ستاره محبت بود به زمین رفتند، جلوی آن دو کودک ایستادند و آنها را از هم جدا کردند. ستاره دوستی پرسید: چرا دعوا می‌کنید؟ بچه‌ها عصبانی بودند. آنها می‌خواستند خودشان را از دست ستاره رها کنند و دوباره همدیگر را بزنند.

ستاره محبت نورش را به صورت آنها پاشید کمی آنها را نوازش کرد و گفت: آهای کمی صبر کنید، فکر نمی‌کند بهتر است کمی باهم حرف بزنیم. یکی از بچه‌ها گفت: به ما چه کار دارید؟ اصلا شما کی هستید؟ بگذارید دعوی مان را بکنیم. آن یکی هم گفت: این به من می‌گوید ترسو! من هم او را زدم که نشان بدهم خیلی ترس و شجاع هستم.

در همین موقع ستاره شجاعت پایین آمد و گفت: چه کسی مرا صدا زد؟ با من کاری داشتید؟ ستاره دوستی به برادرش گفت: این دو کودک فکر می‌کنند چون شجاع هستند، باید باهم دعوا کنند.

ستاره شجاعت با بال‌هایش آن دو را از روی زمین بلند کرد، بعد آنها را روی زمین گذاشت و گفت: من بسیار شجاع هستم، می‌توانم سنگین‌ترین چیزها را بلند کنم و به آسمان ببرم. می‌توانم به ترسناک‌ترین جایی که فکر می‌کنید بروم. اما هیچ دلیل ندارد، با کسی دعوا کنم یا بجنگم.

بچه‌ها به ستاره شجاعت نگاه کردند. یکی از آنها پرسید: یعنی تو با خواهر و برادرهایت و با دوستانت دعوا نمی‌کنی؟

کودک دومی پرسید: پس چه طوری از خودت مراقبت می‌کنی؟ اگر کسی خواست تو را بزند، چه کار می‌کنی؟

ناگهان ستاره ای که نامش مراقبت بود ظاهر شد و گفت با من کاری داشتید.

ستاره شجاعت همه مارجار را برای ستاره مراقبت تعریف کرد و گفت بچه‌ها فکر می‌کنند مراقبت و مواظبت کردن یعنی اینکه دیگران را بزنی. ستاره مراقبت گفت: من به کسی اجازه نمی‌دهم، با من دعوا کند. اگر کسی خواست مرا بزند. به چشم‌های او نگاه می‌کنم و می‌گویم: به من دست نزن، جلو نیا، من با تو دعوا نمی‌کنم.

ستاره مراقبت گفت که همه انسان‌ها از پوست و گوشت و استخوان هستند، هر ضربه‌ای که به دیگران بزنی و یا ضربه‌ای که به تو بخورد، درد دارد. او گفت که انسان‌ها از سنگ و آهن نیستند.

یکی از بچه‌ها پرسید: خب ما باید چه کار بکنیم؟ اگر کسی ما را اذیت کند، ما باید چه کار کنیم؟ در همان موقع ستاره صبوری آمد پایین. خودش را معرفی کرد و گفت: باید صبر کنی و بدانی که بهترین راه صبوری است. می‌توانی خودت را کنار بکشی. می‌توانی بدون اینکه بترسی، از آنجا بروی. ستاره صبوری گفت: به ستاره شجاعت نگاه کنید. او هرگز دعوا نمی‌کند. دعوا نکردن و نجنگیدن شجاعانه‌ترین کاری است که می‌شود انجام داد.

ستاره شجاعت با غرور و افتخار سرش را بالا گرفت، سینه‌اش را صاف کرد و گفت: اما باید سعی کنی که روز به روز قوی‌تر شوی. معلوم است تو خیلی قوی هستی، اما از این قدرت برای جنگیدن و دعوا کردن استفاده نمی‌کنی.

کودک دوم پرسید: آخرن می‌شود، آن وقت می‌گویند خیلی ترسو هستی. ناگهان همه ستاره‌ها به هم نگاه کردند. دو ستاره که دوقلو بودند، دست در دست هم پایین آمدند. ستاره‌های دوقلو مشغول حرف زدن بودند. نام آنها ستاره‌های گفتگو بود. وقتی آنها به زمین رسیدند، گفتند: هیچ چیز از گفت‌وگو بهتر نیست. بعد از صبر و شکیبایی، باید با دوستان حرف بزنی. به آنها بگو دوست داری از خودت مراقبت کنی. از آنها بخواه تا برایت بگویند چرا دوست دارند، دعوا کنند و از دعوا کردن چه لذتی می‌برند. بعد همان طور که دست‌های همدیگر را گرفته بودن و مشغول حرف زدن بودند، به جمع کودکان پیوستند.

کم کم بچه‌های دیگری هم کنار ستاره‌ها جمع شدند و به حرف آنها گوش دادند.

یکی از بچه‌ها گفت: بعضی از بچه‌ها آنقدر بد اخلاق هستند که نمی‌دانیم با آنها چه کار کنیم. ستاره عشق از لابه لای ستاره‌ها بیرون آمد و گفت باید آنها را هم باید دوست داشت. آنها نمی‌دانند که عشق و دوستی چه قدر خوب است. آنها بلد نیستند، غیر از بداخلاقی و خشم و دعوا چیزی ندیده‌اند. باید آنها را هم دوست داشت تا یاد بگیرند که می‌توان جور دیگری هم بود.

لحظه به لحظه تعداد بچه‌ها زیاده‌تر می‌شد. یکی از بچه‌ها پرسید: بزرگ‌ترین سفارشی که می‌توانید به ما بکنید، چیست؟

ناگهان یک ستاره صورتی رنگ آسمان را پر کرد و جلو آمد. او ستاره شادی بود و گفت: شادی را فراموش نکنید. هر لحظه از زندگی‌تان شاد باشید. شاید بیماری، قهر و دعوا را از بین می‌برد. کسی که شاد باشد می‌تواند به دیگران شادی بدهد و شادی را پخش کند.

بعد همه ستاره‌ها و بچه‌ها همدیگر را گرفتند و باهم شعر و آواز خواندند. همه بچه‌های شهر آمده بودند. دست همدیگر را گرفته بودند و در کوچه‌ها و خیابان‌ها با ستاره‌ها می‌چرخیدند. همان موقع خورشید خانم با دست‌های نورانی اش بچه‌ها را نوازش و پر از نور و گرما کرد. بچه‌ها تا به حال این قدر نور ندیده بودند. آنقدر نور بود که همه جا روشن و زیبا بود. بچه‌ها در بزرگترین مهمانی صلح، شاد بودند و دست‌های همدیگر را گرفته بودند و از بودن در کنار هم لذت می‌بردند.

پس از خواندن این قصه می‌توانید از بچه‌ها بخواهید، ستاره‌ها را نقاشی کنند و یا این قصه را به صورت نمایش اجرا کنند.

پیهست شعر

شعر ۱

قهرمان بودمو قهرمان هستمو قهرمان میمانم ۲	کرمانشاهیم ۲
ای خاکت سرچشمه هنر	ای ایران ای مرز پرگهر
پاینده مانی تو جاودان	دور از تو اندیشه بدان
جان من فدای خاک پاک میهنم	ای دشمن ار تو سنگ خاره‌ای من آهنم
دور از تو نیست اندیشه‌ام	مهر تو چون، شد پیشه‌ام
پاینده باد خاک ایران ما	در راه تو، کی ارزشی دارد این جان ما
خاک دشتت بهتر از زر است	سنگ کوهت درّ و گوهر است
برگو بی مهر تو چون کنم	مهرت از دل کی برون کنم
نور ایزدی همیشه رهنمای ماست	تا گردش جهان و دور آسمان به‌پاست
دور از تو نیست اندیشه‌ام	مهر تو چون، شد پیشه‌ام
پاینده باد خاک ایران ما	در راه تو، کی ارزشی دارد این جان ما
روشن از تو سرنوشت من	ایران ای خرم بهشت من
جز مهرت در دل نپرورم	گر آتش بارد به پیکرم
مهر اگر برون رود گلی شود دم	از آب و خاک و مهر تو سرشته شد گلم
دور از تو نیست اندیشه‌ام	مهر تو چون، شد پیشه‌ام
پاینده باد خاک ایران ما	در راه تو کی ارزشی دارد این جان ما

شعر ۲

محفل عشق و عاشقی/دوباره باز حماسه ای ۲
می‌خوایم با هم شهرمونو/خوب بسازیم ، آماده ای؟

ای خدای آسمونا / واسه ماها یگانه ای
 میشه بازم داشته باشیم / شب‌های خندوانه ای ؟
 تو بارونی و من کویرم خدا / ببارون، رحمت رو رو سرما
 منو مردم و پدر، مادرها / دعام اینه با هم باشیم، بچه‌ها
 میسازم، خودم میسازم، شهرمو خودم میسازم، کشورم خودم میسازم ۲
 من ایرانیم، کرمانشاهیم ۲
 قهرمان بودمو قهرمان هستمو قهرمان میمانم ۲
 میسازم، خودم میسازم، شهرمو خودم میسازم، کشورم خودم میسازم ۲

شعر ۳

دست راستم کجایی من اینجام من اینجام
 نکنه که خواب بمونی از درس عقب بمونی
 من اینجام من اینجام

شعر ۴

تیش، تیش، تیش گرفته وای خدا آتیش گرفته
 هوارو ببین کبوده کبودی مال دوده
 تیش، تیش، تیش گرفته وای چرا آتیش گرفته؟
 کارها رو قاطی کرده بی احتیاطی کرده
 حواس درست نداشته شیرگاز و باز گذاشته
 وای وای وای چه کارا ! بازی باگاز؟ واویلا!
 ببو، ببو، بو، بوقانی ماشین آتیش نشانی

پیهست بازی فکری

در این بخش لیستی از بازی‌های فکری ارائه شده است که می‌توانید از اسباب بازی فروشی‌ها تهیه کنید. توجه بفرمایید که در ضمن اینکه به کار بردن این گونه بازی‌ها در فعالیت‌های شما با کودکان در معرض بحران بسیار مفید خواهد بود و معمولاً طوری طراحی شده اند که به طور همزمان چندین مهارت جسمی و فکری در کودک پرورش می‌یابد، اما نباید کودک با دیدن بازی و لذت بردن از آن حسرت زده شود که کاش از این بازی‌ها بیشتر می‌داشت و از این قبیل. میزان محرومیتی که کودک در قبل از بحران در آن دچار بوده است را بسنجید.

نام بازی	گروه سنی	مهارت‌های تقویت کننده
پیچ و مهره آموزشی	زیر ۷ سال	دست ورزی و هماهنگی چشم و دست، هوش مکانیکی
هدبند	۳ به بالا	حافظه و افزایش دقت و تمرکز
کیف پول	۸ سال به بالا	آموزش مدیریت پول و پس انداز
ایروپولی	۸ سال به بالا	آموزش کسب و کار و تجارت
چرتکه آسان آموز	۸ سال به بالا	هوش ریاضی

هوش هیجانی، حافظه، افزایش اعتماد به نفس	۴ به بالا	شکلک
دقت و تمرکز، سرعت عمل و قدرت تطبیق	۸ به بالا	خنکولک‌ها
حافظه، دقت و هوشیاری، افزایش تعامل اجتماعی	۴ به بالا	زنبورک
کمک آموزشی ریاضی، سرعت عمل، هوش هیجانی	۸ به بالا	ضربدر
دقت و تمرکز، سرعت عمل	۳ به بالا	کنکاش
سرعت عمل، هوش هیجانی، مفهوم ترتیب	۳ به بالا	تردست
هماهنگی چشم و دست، قدرت تطبیق، حل مسئله	۶ به بالا	دکتر اکتشاف
دقت و تمرکز، سرعت عمل، هوش هیجانی و اجتماعی	۶ به بالا	شعبده باز
مهارت تطبیق و تقویت حافظه	۳ به بالا	دو کارتی
تقویت حافظه کوتاه مدت	۴ به بالا	قایم موشک
افزایش تحرک، انعطاف پذیری، هماهنگی بین چشم و دست		کشمکش
آموزش جمع و تفریق، شمارش، دسته بندی	۶ و ۷ سال	چوب خط ۶۰ تایی

هماهنگی چشم و دست	۸ به بالا	تعادل
حل مسئله، هوش فضایی و قدرت تطبیق	۸ به بالا	کاشی چین
خلاقیت، هوش ریاضی، اعتماد به نفس	۳ به بالا	گیربکس
برانگیختگی احساس، هماهنگی چشم و دست و دست ورزی	زیر ۳ سال	دالی توپه
تفکر استراتژیک، حل مسئله، دقت و تمرکز	۸ به بالا	چوبیسکو حرافه ای
هوش هیجانی، دقت و تمرکز، حافظه	۸ به بالا	چشمک
تفکر استراتژیک، هوش هیجانی، اعتماد به نفس	۸ به بالا	آقای گل
افزایش تمرکز و دقت، تقویت هوش اجتماعی کودک	۵ به بالا	دو چشمی



مجمعیت دانشجویی امام حسن ع

☎ J - Imam Hasan .ir

📍 @J _ Imam Hasan

📷 @J _ Imam Hasan

