

1

گردش فعالیتهای روزانه را به سمت فعالیتهای یادگیری سوق دهید

صحبت کنید، گوش کنید، بخوانید، بازی کنید  
یادگرفتن در تمام لحظه ها شروع می شود

3

بچه ها از بدو تولد شروع به یادگیری می کنند

4

از لحظه ای که بچه متولد می شود شروع به یادگرفتن درباره خانواده اش، محیط و تواناییهای جالب خود می نماید. همانطوریکه رشد می کند هر تجربه ای به دانش و اعتماد به نفس وی کمک میکند.

5

وقتی که بچه وارد کودکانستان می شود قادر خواهد بود تمام مهارتهایی را که فراگرفته است به کار برد. مربی کودکان او را دعوت به تماشای کتاب، کشیدن نقاشی، شراکت در داستانها و پیدا کردن دوستان جدید می نماید.

مربی کودکانستان پیشرفت فرزند شما را مشاهده و ثبت می کند. مشاهده کردن مهارتهای کودک به وی کمک می کند تا در مدرسه موفق باشد. چنانچه برخی از مهارتها حاصل نشده باشد، مربی فعالیتهایی را برنامه ریزی می کند تا آن مهارتها پیشرفت نمایند.

بعنوان والدین شما می توانید به فرزندتان کمک کنید تا برای موفقیت در مدرسه آماده شود. این کتابچه محتوی فعالیتهای زیادی است که به آسانی با امور روزمره متناسبت خواهد گردید و به فرزند شما کمک می کند تا در هفت ناحیه مهم پیشرفت که در کودکانستان نیاز دارد رشد نماید.

- پیشرفت شخصی و اجتماعی
- زبان و سواد خواندن و نوشتن
- پیشرفت قوه تفکر در موارد:
  - تفکر ریاضی
  - تفکر علمی
  - مطالعه اجتماعی
  - هنر
- پیشرفت فیزیکی

با استفاده از ایده های فعالیتی زیر از امروز شروع کنید.

6

زبان و سواد خواندن و نوشتن

زبان و سواد خواندن و نوشتن شامل تمام مهارتهایی است که به بچه ها کمک خواهد کرد تا خواندن و نوشتن و ابراز عقایدشان را به زبان مادری بیاموزند.

7

**شما می توانید از این فعالیتها به منظور کمک به پیشرفت مهارتهای زبان و سواد خواندن و نوشتن استفاده نمایید.**

- از بدو تولد با فرزندتان صحبت کنید ، حتی زمانی که نوزاد است وی اصوات و ریتم محاوره را فرا می گیرد.
- وقتی بچه شروع به گفتن الفاظ نامفهوم می کند به او پاسخ دهید. او سعی می کند صحبت کردن را فرا گیرد و نیاز به تشویق شما دارد.
- با لغات بازی کنید -واژه هایی که آهنگ دارند ، عبارات مضحک و جوک هایی که صدای تق تق دارند.
- برای فرزندتان هر روز کتاب بخوانید حتی بچه بسیار جوان از دم زمان خواندن و از شنیدن الفاظ جدید وقتیکه شما به تصاویر اشاره می نمایید سود خواهد برد.
- از فرزندتان در مورد کتابی که با هم می خوانید سوال کنید. در مورد تصاویر و در مورد اینکه چه چیزی بعدا اتفاق خواهد افتاد پرسش کنید.
- برای فرزندتان وسایلی برای "نوشتن" لیست ها ، داستانها و علائم فراهم آورید هر چند که وی هنوز در واقع فقط روی کاغذ را خط خطی میکند.
- به جای صحبت کردن یا عجله برای جواب گرفتن از وی اجازه دهید تا او در موقعیت های اجتماعی صحبت کند و پاسخ دهد.

8

**پیشرفت شخصی و اجتماعی**

پیشرفت شخصی و اجتماعی شامل مهارتهایی خواهد بود که یک کودک نیاز به درک و هدایت احساسات ، تاثیر متقابل با دیگران و ابراز خود در دنیای واقعی دارد. پیشرفت شخصی و اجتماعی در کودکان بستگی به روابط آنها با والدین و دیگران دارد. این امر شامل احساسات کودک درباره ، نظرات وی به عنوان یک فراگیرنده و احساس مسئولیت در مورد خود و دیگران می گردد.

9

**شما میتوانید برای پیشرفت مهارتهای شخصی و اجتماعی فرزندتان کمک نمایید.**

- هنگامیکه نوزاد گریه میکند به وی پاسخ دهید. این امر موجب میگردد تا فرزند شما احساس محبت نموده و به وی می آموزاند به توجه شما اعتماد نماید.

- از هر فرصتی برای به ملایمت نگهداشتن و لمس کردن فرزندتان استفاده کنید. به صورت وی نگاه کنید و صحبت نمایید. این امر موجب می‌گردد تا فضای احساس امنیت برای کودکان ایجاد گردد و پیوندشان را با دیگران بهبود بخشند.
- فرزندتان را برای فعالیتهای جدید تشویق کنید ، تلاشها و موفقیتها ی فرزندتان را با شادمانی ابراز نمایید (اولین گامها در صحبت کردن ، غذا خوردن بدون کمک ، اولین واژه ها را به زبان آوردن و غیره)
- با قرار دادن کارهای دستی کودک روی یخچال یا روی دیوار خانه نشان دهید که از تلاشهای وی خرسند میباشید.
- کمک نمائید تا فرزندتان شروع به فهمیدن و کنترل احساساتش نماید. ( بعد از عدم موفقیت یا غیره) کمک کنید تا وی احساسات دیگران را دریابد.
- بجای اینکه فقط از کودک بخواهید یک جواب دهد با پرسش کردن سوالات مناسب و به فکر واداشتن وی در مسائل به حل آنها کمک کند.

10

## تفکر ریاضی

پایه فراگیری ریاضیات فهم و درک اعداد ، اندازه گیری ، الگوها و اشکال میباشد. کودکان برای حل مسائل ابتدایی نیاز به درک مفاهیم و استفاده از آنها دارند.

11

## والدین میتوانند به پیشرفت تفکر ریاضی کمک نمایند.

- شمارش اشیاء در کارهای روزمره ، شمارش انگشتان پا بهنگام حمام کردن و حین لباس پوشاندن کودک با وی صحبت کنید و بهنگام قدم زدن تعداد گام ها را بشمارید.
- به اشیائی که از یکدیگر کوچکتر و بزرگتر هستند اشاره کنید- (کتابها ، اسباب بازی ها ، کفش و غیره)
- اشیاء را با رنگ و اندازه طبقه بندی کنید ، تمام جورابه‌های آبی یا تمام تی شرت ها را.
- یک الگو را تعریف کنید. از فرزندتان بپرسید کدام الگوی بعدی در یک صفحه پازل یا طرح روی یک پیراهن یا یک رشته از مهره ها قرار می‌گیرد.
- از کلمات کلمات مثل "بزرگتر از" یا "کوچکتر از" و کلماتی که موقعیتهای "زیر" "پایین" "بالا" را نشان میدهد استفاده کنید.
- به اشکال روزمره اشیاء اشاره کنید برای مثال جلو جعبه حبوبات مثلث شکل و لبه کاسه گرد است.
- به فرزندانتان نشان دهید که بهنگام آشپزی چگونه از ابزارهای اندازه گیری مثل فنجان و قاشق

- استفاده می گردد. قد کودک را با متر یا خط کش اندازه بگیرید.
- در باره تناوب اتفاقات در خلال روز صحبت کنید. "بعد از ناهار" ما به پارک و سپس به فروشگاه خواهیم رفت".

12

#### تفکر علمی

تفکر علمی درگیر کشف محیط و فراگیری پرسش سوالات مهم است ، لازم است کودکان از طریق مشاهده ، توصیف ، سوال ، تعاریف و نتیجه گرفتن تحقیق نمایند.

13

#### برای پیشرفت تفکر علمی فرزندان شما میتوانید به با این فعالیتها به وی کمک کنید.

- در خارج از منزل قدم بزنید و به اصوات و بوها اشاره نمایید.
- به فرزندان اجازه دهید تا با شن و آب بازی کند.
- در باره هوا با فرزندان صحبت کنید و وی را تشویق نمایید تا تغییر هوا را پیش بینی کند.
- فرزندان را تشویق کنید تا سگ و گربه ، پرنده ها و سایر حیوانات را مشاهده کند و در باره رفتار آنها با وی صحبت کنید.
- به فرزندان کمک کنید تا درباره گیاهان یا حیوانات بخصوصی که به آنها علاقه بیشتری دارد فرا گیرد.
- اشیائی را از خارج برای فرزندان بیابید تا آنها را تجربه کند مثل سنگ ها ، برگ ها ، گلها و بلوط ها.
- از ذره بین ، دوربین دو چشمی و خط کش برای مطالعه استفاده کنید.
- فرزندان را تشویق کنید تا ببینند چه اندازه برخی از اشیاء به سرعت و به کندی حرکت میکنند ، پیش بینی کند کدام شیئی در آب غرق می شود ویا در آب شناور می ماند و بیاموزد که وقتی آب سرد میشود یخ میزند.

14

#### مطالعات اجتماعی

مطالعات اجتماعی به درک کودکان از دنیای اطراف خود اشاره میکند. آنها شروع به درک می نمایند که خود افراد متفاوت میباشند و شروع به تشخیص و درک تفاوتها در دیگران میشوند و از فرهنگ و دنیای اطرافشان آگاه می گردند.

15

#### به فرزندان کمک کنید تا مهارتهای اجتماعی وی پیشرفت نماید.

- در مورد اختلافها و شباهت های بین خانواده خود و تعدد خانواده های دیگران، قدهای آنها ، سنین و غیره صحبت کنید.
- در مورد شغل های اعضای خانواده بحث کنید.
- به فرزندانتان کمک کنید که وانمود کنند بجای اشخاصی که آنها را میشناسد قرار گیرند برای مثال معلم ، دکتر یا فروشنده .
- سری به فروشگاه هایی که در همسایگی شما هستند بزنید و در باره کار هر یک سوپر مارکت، فروشگاه کفش، دراگ استور و غیره صحبت کنید.
- مقرراتی نظیر وقت خواب یا شراکت در کارهای معمول روزمره را پایه ریزی و برقرار نمایید.
- با فرزندتان در پاک سازی محیط همسایگی مشارکت کنید و در مورد علت اهمیت این امر صحبت کنید.
- فرزندتان را برای دیدن مکان های محلی جالب کتابخانه ، موزه یا مجموعه تاریخی و پارکها ببرید.

16

هنرها

هنرها شامل مشارکت فعال فرزندتان در رقص، نمایشنامه درام، هنرهای زیبا و موزیک است. این امر درگیر مشارکت و فراگیری ارزش مکانی در چیزی که می بینند می گردد.

17

**شما میتوانید به مهارتهای فرزندتان در هنر و این فعالیتها کمک کنید.**

- با کودک خود آواز بخوانید.
- موزیک بنوازید و فرزندتان را تشویق به رقصیدن و بتنهایی آواز خواندن نمایید.
- وسایلی (نظیر قاشقهای چوبی ، گلدانها و ظروف پلاستیکی) برای فرزندتان فراهم آورید تا به همراه آنها را بنوازد.
- انواع وسایل نقاشی را برای استفاده هر روز فرزندتان فراهم بیاورید. از وی بخواهید در باره هنری که خلق کرده است صحبت کند.
- به فرزندتان کمک کنید که داستان مورد علاقه اش را با صحبت کردن در هر یک از نقش های متفاوت عملی نماید.
- فرزند خود را برای دیدن رویدادهای متفاوت موسیقی ، رقص و هنر ببرید. بسیاری از آنها رایگان است، مکانهای مذهبی، نمایشگاههای خارجی، جشنواره ها، گردشگاهها و تفرجگاههای مراکز خرید.

پیشرفت فیزیکی و سلامتی شامل مهارتهایی از قبیل نگهداشتن مداد برای نقاشی کردن و نوشتن ، پریدن ، دویدن و دانستن اینکه چگونه این و سلامت بمانیم می باشند.

### شما میتوانید به فرزندتان برای پیشرفت فیزیکی و سلامتی کمک کنید.

- با فرزندتان توپ بازی کنید، توپ را بگیرید، پرتاب کنید و لگد بزنید.
- انواع مختلفی از اسباب بازی برای فرزندتان تهیه کنید برای مثال لگو، بلوک، نصب قطعات اسباب بازی روی تخته مربوطه و پازل های سخت و جالب.
- وسایلی برای فرزندتان فراهم کنید که برش کند، چسب بزند ، رنگ کند و ترسیم کردن را تمرین کند.
- به فرزندتان وقت اضافه بدهید او ممکن است نیاز به انجام کارهای ساده خودش داشته باشد مثل شستن دست و یا پوشیدن لباس.
- به فرزندتان اجازه دهید تا همان صورتی که قادر است در کارهای روزمره خانه کمک کند برای مثال چیدن میز، گرفتن نان برای ناهار و جمع کردن لباسهای چرکش.
- به کودکان قبل از دبستان یاد دهید که چگونه یک کمان ، بند کفش و یا یک نوار ربان را روی یک هدیه گره بزنند.
- غذاهای سالم با فرزندتان میل کنید و در مورد غذا های سالم و ناسالم بحث کنید.
- به فرزندانتان یاد دهید تا دست های خود را بشویند و مسواک کنند.

و از همه مهمتر تلاشهای فرزندتان را تحسین کنید. حمایت شما موجب تشویق برای کشف کردن، سوال کردن، عشق ورزیدن و یاد گرفتن می گردد.

Countdown to Kindergarten یک پروژه در سطح کشور است که بسیاری از سازمان ها، سیستم های مدرسه عمومی، کتابخانه ها درگیر آن بوده و سایر کارها تضمین مینمایند که تمام کودکان جوان Maryland دارای تجارب ارزنده و آمادگی ورود به مدرسه برای موفقیت کودکان میباشند.

**برای مشاهده طیف وسایل ابتدائی موجود از این سازمانها از وب سایت**

**www.countdownMD.org دیدن فرمایید یا با تلفن رایگان 1-866-752-1614 تماس بگیرید.** وب سایت در بردارنده اطلاعات بیشتر در مورد آمادگی مدرسه، انتخاب کیفی مراقبت کودک، ارزیابی درمورد کودکان و در مورد فعالیتهایی که

والدین میتوانند برای پیشرفت فراگیری اولیه انجام دهند می باشند.

اگر از برخی جهات در مورد فراگیری فرزندان جوانتان با پیشرفت آنها نگرانی دارید با شماره تلفن Maryland State Department of Education تماس بگیرید. Maryland State Department of Education و Preschool Program و Maryland Infants and Toddlers Program 1-800-535-0182 در Maryland State Department of Education تماس بگیرید. Countdown to Kindergarten توسط مراکز و شرکتهای M&T Bank Harry and Jeanette Weinberg Foundation، Governor's Office for Children, Youth and Families، Constellation Energy و National Governors Association تاسیس گردیده است. نیروهای آن توسط Maryland Committee for Children مجهز شده اند.

برنامه و استفاده لگو از Countdown to Kindergarten: Boston Countdown to Kindergarten: Learning Begins at Birth بخاطر هدایت مدل می نمایند.

Countdown to Kindergarten: Learning Begins at Birth  
Maryland's Early Childhood Public Engagement Campaign  
608 Water Street  
Baltimore, Maryland 21202

[www.countdownMD.org](http://www.countdownMD.org)

© 2004 Maryland Committee for Children  
© 2004 Bonnie Matthews : تصاویر