

كودك نوپاي شما از زبان و واژه‌ها لذت مي‌برد. حالا او تعداد زيادي واژه جديد بلد است و شروع مي‌كند تا دو واژه جديد را در قالب يك جمله ساده کنار هم بگذارد. وقتي شما با او صحبت مي‌كنيد به شما نگاه مي‌كند. سلام مي‌گويد و خداحافظي مي‌كند و به جيزهايي كه مي‌خواهد اشاره مي‌كند. او از شعر خواندن لذت مي‌برد و سعي مي‌كند خواندن آهنگهاي مورد علاقه را تقليد كند.

بسط دادن صحبت

كودك نوپاي شما ممكن است براي درخواستهاي از واژه‌هاي واحدي استفاده كند، مثلاً وقتي نوشيدني مي‌خواهد بگويد «آبميوه». با گفتن جمله به او كمك كنيد تا جمله‌اش را بسط دهد. «آبميوه مي‌خواهي؟» بگو «من آبميوه مي‌خواهم، لطفاً». وقتي تلاش مي‌كند تا جمله را طولاني‌تر كند، او را تشويق كنيد.

امروز چه اتفاقي افتاد؟

وقتي شما به خانه برمي‌گرديد، از كودك بخواهيد تا آنچه را اتفاق افتاد يا شما دو نفر ديديد براي نفر سوم بگويد. «درباره اسبي كه ديديم به پدر بزرگ بگو». اگر احتياج به كمك دارد به او كمك كنيد، اما اجازه دهيد تا جايي كه مي‌تواند خودش بگويد.

بازي «كمكم كن»

از كودك نوپاي خود بخواهيد در غالب دستورات ساده‌اي به شما كمك كند مثل به بابا كمك كن. مي‌توني كفشم رو بياوري؟ يا وقت عوض كردن كهنه‌هاست. مي‌توني يه كهنه برام بيازي؟. ممكن است نياز باشد در ابتدا براي كمك به او با انگشتان اشاره كنيد. وقتي كمك مي‌كند حتماً به او بگوئيد «متشكرم كمك بزرگي كردي».

صداي حيوانات

صداي حيوانات مثل گربه، سگ، گاو را به كودكان ياد بدهيد، كتابهاي در مورد بچه‌هاي حيوانات بخوانيد، و با توليد صداي بچه‌هاي حيوانات با نوپاي خود بازي كنيد. بعداً وانمود كنيد كه شما پدر يا مادر حيوان هستيد و نوپاي شما نيز بچه حيوان است. با صداي حيوان با هم صحبت كنيد. اين بازي مي‌تواند خيلي شاد و جالب باشد.

بخوان، بخوان، بخوان

زماني را در طول روز براي مطالعه اختصاص دهيد. در اين سن، شما مي‌توانيد به تصويرها و واژه‌ها اشاره كنيد و كودك شما ياد مي‌گيرد كه واژه‌ها درباره چه جيزهايي هستند. در سوپر ماركت، علامت‌هاي خواندني را به كودك نشان دهيد و برايش بخوانيد. در رستوران، اجازه دهيد كودتان «منو» را بخواند. در خانه به او كمك كنيد با نگاه كردن به عكس‌ها، مجله بخواند.

جعبه كهنه

هر روز اشيايي كه براي لمس كردن و جستجو جالب هستند داخل يك جعبه كهنه بگذاريد. مثلاً اشيايي مثل فنجانهاي پلاستيكي، حوراب نرم، جعبه مايع پاك كننده، اسفنج، و كفش كوچك. وقتي كودك شما چيزي را از جعبه بيرون مي‌آورد بگوئيد: نگاه كن، تو يك حوراب نرم آبي را پيدا كردي يا اين اسفنج نرم است. از زبان جديد براي كودك استفاده كنيد و هرچند روز يكبار وسايل داخل جعبه را عوض كنيد.

حرکات درشت نوپا (16-20 ماهه)
هم اکنون كودك نوپاي فعال شما تلاش مي‌كند تا بدود. او مي‌تواند اشياء بزرگ و اسباب‌بازي‌ها را حمل كند و دوست دارد چيزهاي بزرگي مثل جعبه را روی زمین هل بدهد يا بكشد. او ياد مي‌گيرد چطور دست شما را بگيرد و از پله‌ها بالا برود و در پائين آمدن از پله‌ها بهتر مي‌شود. او ممكن است از صندلي بالا برود تا چيزهاي جديدي را ببيند. مواظبت شما خيلي مهم است.

تاب خوردن

كودكان را به پارک ببريد تا تاب بخورد. مطمئن شويد كه تاب ايمن است و كمر بند دارد. به كودك نشان دهيد كه چگونه هنگامی كه جلو می‌آید پاهایش را بالا بگیرد. هنگامی كه كودك تاب را گرفته به آرامي آن را هل دهيد. هنگامی كه هل مي‌دهيد بصورت ريتميك آواز بخوانيد. «بالا مي‌ري و بالا مي‌ري!».

بالا رفتن از پله‌ها

هنگامي كه به طبقه بالا مي‌رويد يا از چند پله بالا مي‌رويد دست كودك را بگيريد. صبور باشيد: پله‌ها براي پاهای كوچك خيلي بلندند. هنوز زياد انتظار پائين آمدن از پله‌ها را نداشته باشيد. اگر شما در خانه يا حياطتان هيچ پله‌اي نداريد، زمين‌هاي بازي جاهايي براي تمرين دارند، مثل سرسره كوچك.

مسير تعادل

نوارچسبي به پهنای پنج سانتی متر را روی كف اتاق يا پياده‌رو بچسبانيد. اجازه دهيد كودك با جلو گذاشتن يك پا جلوي پاي ديگر در طول نوار راه برود. كودكان را تشويق كنيد. به او بگوئيد: «تو واقعاً ميدوني چطور تعادلت رو حفظ كني».

دنبال كردن

كودك نوپاي شما حالا شروع به دويدن مي‌كند. در بخشي پوشيده از چمن در حيات منزل يا در محيط ايمن پارک با كودك خود دنبال هم كنيد. اغلب نوپايان دوست دارند دنبال شوند، گرفته و بغل شوند. نوپاي شما دوست دارد اين بازي را بارها و بارها انجام دهد! اين ورزش خوبي است.

روز حرکت

يك ارابه كوچك يا جعبه‌اي با نخي براي كشيدن به كودك بدهيد تا اسباب‌بازي‌ها را به اطراف بكشد. كودك شما مي‌تواند ارابه را پر کرده و در جاهاي مختلفی خالي كند. شايد اين خرس عروسكي هم دلش سواری مي‌خواهد!

نواختن آهنگ

كودك شما عاشق نواختن آهنگ، و جنب و جوش همراه آن است. يك ارگ كوچك يا دايره رنگي براي بازي كردن جالب است. شما مي‌توانيد با يك ظرف ماست، سطل پلاستيكي بزرگ و قاشق‌هاي چوبي يا چوب‌هاي مخصوص غذا خوردن طبل بزنيد. براي نواختن آهنگ اندکی بوی كمك كنيد. براي ساختن آهنگ و رقصيدن نوبت بگيريد و به رينم‌هاي مختلفی جابه جا شويد.

شوت زدن به توپ

به کودک خود توپي با اندازه متوسط (15 سانتی متر) بدهید، و نشان دهید که چطور به آن شوت بزنند. شما همچنین می‌توانید از روزنامه‌های کهنه که دور تا دورشان نوار چسب زده‌اید به عنوان توپ استفاده کنید. ببینید که او تا کجا می‌تواند آنرا بیندازد. شوت بزن، بدو دنبالش!

حرکات ریز نوپا (20-16 ماهه)

کودک شما در بکارگیری دستها و انگشتهايش ماهرتر می‌شود. او می‌تواند با اسباب‌بازی‌ها بازی کند و به طرق مختلفی از آنها استفاده کند، مثل چیدن، فشار دادن، هل دادن و کشیدن. همچنین او در نگه داشتن و استفاده کردن از مداد رنگی و مازیک مهارت می‌یابد. او می‌داند که چطور قطعات يك پازل ساده را بردارد و دوباره سعی می‌کند آنها را با هم سر جایشان قرار دهد.

اونها رو پاره کن

بعد از شستن دستهايتان، به نوپای خود نشان دهید که چطور برگهای کاهو یا اسفناج را خرد کند و داخل کاسه بریزد. حتماً به خانواده بگوئید که سالاد را چه کسی درست کرده است. کودک شما ممکن است پاره کردن روزنامه را دوست داشته باشد. آنها را در يك کیف کاغذی قرار دهید، و دوران را چسب بزنید و يك توپ برای شوت کردن بسازید.

هدف‌گیری و انداختن

به نوپای کوچک خود نشان دهید که چطور کیره لباس یا فاشی را درون کارتنی که درش باز است و یاسطل پلاستیکی سر باز بیندازد. این بازی را تا زمانی که کودک از آن لذت می‌برد انجام دهید. اجازه دهید تا ظرف را تکان دهد و از صدای آن لذت ببرد.

چیدن قطعات خانه‌سازی

بگذارید نوپای کوچک شما با مکعب‌های چوبی یا قطعات خانه‌سازی بازی کند. به او نشان دهید که چطور آنها را روی هم بچیند. يك برج بسازید. همانطور که قطعات را می‌چینید بلند بشمارید تا او صدای اعداد را بشنود. او عاشق به هم ریختن برج هست. طرف‌های پلاستیکی کوچک هم می‌توانند بعد از شسته شدن برای چیدن استفاده شوند.

به نخ کشیدن غذا

ظرف کوچکی از برگه زردالو را به کودک بدهید. به او نشان دهید که چطور آنرا با کمک شما به نخ بکشد. بعد آنرا بخورید!

زیر بشقابی

حتماً به کودک نوپای خود شانس زیادی برای نوشتن و نقاشی کردن بدهید. شما ممکن است کاغذ و مداد رنگی‌های قابل شستشو را در آشپزخانه نگه دارید تا زمانی که شام را آماده می‌کنید، از او بخواهید روی آن نقاشی کند. از نقاشی‌های او به عنوان زیربشقاب برای خانواده استفاده کنید. مطمئن شوید که نویسنده کوچک می‌داند که فقط روی کاغذ می‌تواند بنویسد.

کمک برای غذا

اجازه دهید نوپایان با نظارت و کمک شما در آماده کردن غذا ایفای نقش کند، او می‌تواند در طرف‌هایی مثل مریای سیب یا کره را باز کند. او می‌تواند با يك چاقوی پلاستیکی آنها را روی نان بمالد. همچنین او می‌تواند در خوردن کمک کند. خیلی خوشمزه است!

حل مسئله نوپا (20-16 ماهه)

کودک پرمشغله شما حالا تصویر حیوانات و دیگر انواع تصویرها مثل عکس اعضای خانواده را تشخیص می‌دهد. او از انجام فعالیت‌های جدیدی مثل نقاشی و بازی با خمیر بازی با کمک شما لذت می‌برد. او شروع می‌کند به یادگیری در مورد چیزهایی که مشابه‌اند یا درون هم جای می‌گیرند. او در مورد جگونگی کارکرد وسایل خیلی کنجکاو است.

تقلید کن

روی تکه کاغذ بزرگی، با نوپای خود خط بکشید و آنها را به هم وصل کنید. نوبت بگیرید. شما خط‌خطی کنید، و اجازه دهید او هم خط‌خطی کند. شما خطی بکشید، و بعد اجازه دهید او هم خطی بکشد. اجازه دهید نوبت بگیرد و بعد شما از نقاشی‌های او تقلید کنید.

جور کردن اشیاء

این شانس را به کودکان بدهید تا با پازل و اسباب‌بازی‌هایی بازی کنند که با هم جور هستند یا داخل هم قرار می‌گیرند. طرف‌های پلاستیکی که توهم می‌روند می‌توانند جالب باشند. تا می‌توانید از کلمه جور استفاده کنید. «اون تکه در این پازل جور می‌شود.»

زمان ابزار

بگذارید کودکان بازی‌ها یا کارهایی انجام دهند که ابزار در آنها نقش دارند. برای مثال، از يك اسفنج برای تمیز کردن صندلی استفاده کنید. از يك صافی برای بازی در شن‌ها استفاده کنید. از پیمان‌های اندازه‌گیری برای برکردن ظرفها در وان حمام استفاده کنید.

جورابها را تطبیق دهید

وقتی که لباسها را تا می‌کنید، تعدادی جوراب هم بزرگ و هم کوچک را کنار هم بگذارید. به نوپایان يك لنگه از جورابها را نشان دهید، و بگذارید دیگری را پیدا کند. اگر احتیاج به کمک دارد به او نشان دهید که چطور جورابها را با هم تطبیق دهد. از او بپرسید «این جورابهای آبی بزرگ مال کیه؟» «جورابهای سبز کوچک مال کیه؟»

قدم زدن در طبیعت

در اطراف منزلتان به قدم زنی بروید، و چیزهای کوچکی مثل سنگ یا برگ را جمع کنید و داخل سطل کوچک یا ظرف پلاستیکی بریزید. وقتی به خانه برمی‌گردید، آنها را در گروه‌های مختلف طبقه‌بندی کنید. برای مثال، به کودک کمک کنید تا سنگهای بزرگ را از کوچک، سنگها را از برکها، یا سنگهای سیاه را از سفید جدا کند. مطمئن باشید که نوپایان چیزی را در دهانش نگذارد. کودک شما گروه‌بندی اشیاء را یاد می‌گیرد.

تطبیق دادن تصاویر

عکس‌هایی از اسباب‌بازی‌ها، غذا و دیگر اشیاء آشنا بگیرید و آنها را روی کارت‌هایی بچسبانید. از کودک بخواهید این کارتها را با اشیاء واقعی تطبیق دهند یا بر عکس. به کودک خود تصویر مسواک را نشان دهید. از او بپرسید، «مسواکی که شبیه این هست کجاست؟» بعدتصویری از یک صندلی به او نشان دهید به او بگوئید «می‌تونی چیزی مثل این پیداکنی؟»

شخصی اجتماعی نوبا (16-20 ماهه)

کودک نوپایان روز به روز مستقل‌تر می‌شود. ممکن است او به کسانی که مورد توجه هستند حسادت کند، مخصوصاً برادرها و خواهرها. او به بچه‌های دیگر علاقه‌مند است. او دوست دارد خودش کارها را انجام دهد؛ کمی حس ارباب منشی دارد و ممکن است در برابر پیشنهادهای شما مقاومت کند.

زمان غذا خوردن

اجازه دهید که برای غذا خوردن به اعضای خانواده دور میز غذا ملحق شود و با قاشق و چنگال خود غذا بخورد. ممکن است او برای راست نشستن پشت میز به یک صندلی بلند احتیاج داشته باشد. او می‌تواند از یک فنجان پلاستیکی کوچک بنوشد (فقط آن را تا آخر پر نکنید). او حتی می‌تواند جایی پشت میز برای شما پیدا کند. در مورد اینکه چه پسر بزرگی شده و چه کمک بزرگی می‌کند با او صحبت کنید.

رقص خانوادگی

به کودک چگونگی رقصیدن را نشان دهید. آهنگی بگذارید، و به او نشان دهید چطور از رقص شما تقلید می‌کند یا همراه شما برقصد. دیگر اعضای خانواده را برای رقصیدن دعوت کنید. کودک خود را برادرید و با او برقصید. کودک خود را تشویق کنید و او را در آغوش بگیرید.

زمان قصه

زمان خوبی است که عادت قصه خواندن هر شب قبل از خواب را در کودک ایجاد کنید. بعد از مسواک زدن و آماده شدن برای خواب، در بستر دراز بکشید و از کتاب مورد علاقه لذت ببرید مخصوصاً وقتی تلویزیون خاموش است، بهتر است بخوانید. این زمان می‌تواند زمان خاصی برای دیگر اعضای خانواده باشد که با نوپایان سهیم گردد.

مرا آرام کن

از آنجایی که نوپای شما خیلی مشغول است و اغلب خسته می‌شود، احتیاج زیاد به آرامش و اطمینان بخشی دارد. او به احساسی که همین الان دارد پاسخ می‌دهد و نمی‌تواند بفهمد که در زمان کوتاهی این احساس بهتر می‌شود. او احتیاج به صدای گرم شما، بغل شدن و آرامش دارد.

غلغلك و بوسه

وقتی کودک را برای خواب آماده می‌کنید، با غلغلك و بوسه کوچکی از جاهای مختلف بدنی به او شب‌بخیر بگوئید «شب‌بخیر دماغ کوچولو (غلغلك دهید)». شب‌بخیر پا کوچولو (غلغلك دهید). شب‌بخیر گوش کوچولو (غلغلك دهید). از کودک بپرسید کدام بخش بدنش احتیاج به غلغلك یا بوسه شب‌بخیر دارد.

