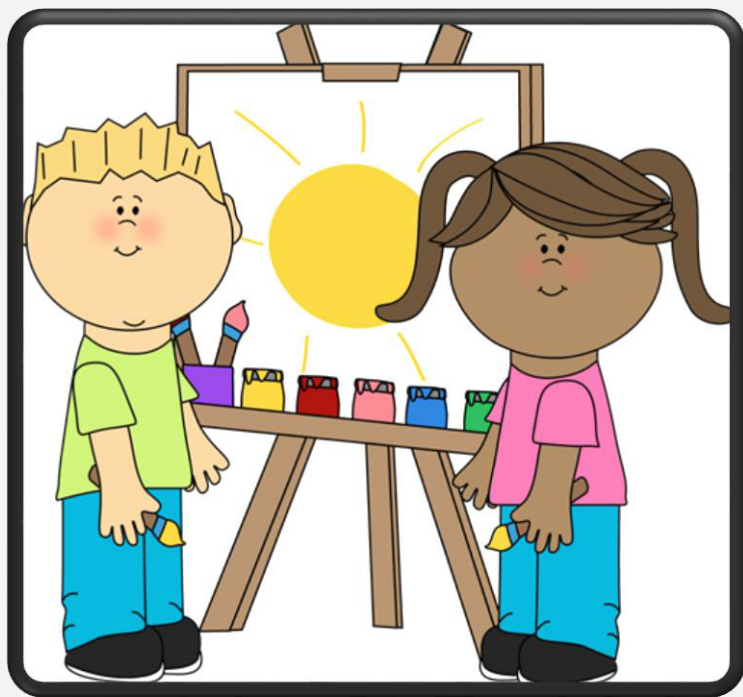


بازیهای کودکان پنج سال به بالا



- آبرنگ و یک سطح مناسب برای نقاشی (شیشه یا کاغذ یا تخته) روی زمین قرار دهید و از کودک بخواهید در حالت ایستاده و با پا، با استفاده از آبرنگ روی سطح مورد نظر نقاشی بکشد. این تمرین موجب تقویت مهارت‌های تعادلی، حرکتی و ترسیمی کودک می‌شود.

- دسته دو قاشق یکبار مصرف را بهم بچسبانید و از کودک بخواهید مانند یک انبر، وسایل کوچک که در کف قاشق جا می‌شوند را در هر دو کفه قاشق قرار دهد و جابجا کند. می‌توانید این کار را چند بار خودتان جلوی کودک انجام دهید تا او یاد بگیرد و بعد او انجام دهد. این باعث تقویت هماهنگی چشم و دست می‌شود.

- توپ بازی با دیوار: کودک با زدن توپ به دیوار سعی کند از افتادن آن روی زمین جلوگیری کند. تمرین برای تقویت هماهنگی و مهارت‌های حرکتی و تمرکز مناسب است.

- کامل کردن نقاشی‌های نیمه تکمیل (فواید آن: توجه، تمرکز، حرکات ظریف، ادراک بینایی و ...)

- نیمه‌ی یک پروانه را بکشید و از کودک بخواهید نیمه‌ی دیگر و قرینه‌ی پروانه را با نگاه کردن و توجه به نیمه‌ی کشیده شده آن بکشد.

- برای کودک یک جاده‌ی ماریچ بکشید و از کودک بخواهید از بین دو خط (درون جاده) عین همان خط را بکشد بدون اینکه به دو خط برخورد کند.

- نقطه بازی (سرعت عمل، دقت)

روی کاغذ یکسری نقطه می گذارید (۸ تا ستون در ۸ ردیف یا میتواند بدون هیچ نظم خاصی باشد) بعد هر کس به نوبت می تواند فقط دو تا نقطه که کنار هم هستند یعنی هیچ نقطه ای بین آن دو نقطه نباشد را به هم وصل کند، هر کسی که زود تر بتواند یک مربع درست کند ۱ امتیاز مثبت می گیرد در واقع هر کسی که آخرین ضلع مربع را زودتر بکشد او امتیاز میگیرد. در انتهای بازی هر کسی که تعداد بیشتری مربع ساخته، برنده می شود.

- از کودک بخواهید که چشمانش را ببندد و پشت کمر یا کف دست کودک اشکالی بکشید مثل حروف، اعداد و ... سپس از او بخواهید تا بگوید شما چه چیزی کشیده اید. این بازی به تشخیص و توجه لامسه کمک می کند.

- چند کاسه ی کوچک مقابل کودک قرار داده و زیر یکی از آنها گوی کوچکی قرار دهید. سپس در مقابل کودک کاسه ها را چند بار جابه جا کنید. از کودک بخواهید کاسه ای که گوی زیر آن است را نشان دهد. این بازی به توجه بینایی کمک می کند.

- روی یک قسمت مشخص از زمین دایره هایی بکشید به صورتی که یکدیگر را قطع کرده باشند و قسمتی از هر کدام آنها داخل دایره ی دیگر قرار داشته باشد. از کودک بخواهید از یک طرف این قسمت به طرف مقابل برود به صورتی که پایش روی خط های دایره ها قرار نگیرد و در فضای خالی دایره ها پایش را قرار دهد. این بازی به ادراک بینایی فضایی و توجه دیداری کمک می کند.

- کودک همزمان با اینکه توپ را بر زمین می اندازد و می گیرد (دیربیل زدن) باید از روی بالشتک هایی که به عنوان مانع در مسیر راه او قرار گرفته بپرد، بدون آنکه به آنها برخورد کند یا میتواند اول با توپ دیربیل بزند و بعد بپرد. تقویت ادراک بینایی، توالی حرکتی، توجه و تمرکز، تحریک حس وستیولار و عمقی، هماهنگی دو طرفه، تعادل، هماهنگی چشم و دست از فواید این بازی است.

- جدول سودوکو

از کودک بخواهید توالی موجود در هر ردیف را پیدا کند و جای خالی را در هر ردیف پر کند. مثلا در ردیف اول مرغ، جای خالی ۱، پروانه، گل، جای خالی ۲، سنجاب، جای خالی ۳، گل است. با توجه به توالی متوجه می شویم که ردیف اول ترتیب به این شکل است مرغ، سنجاب، پروانه، گل. در نتیجه جای خالی ۱، سنجاب است و جای خالی ۲، مرغ است و جای خالی ۳، پروانه است. این فعالیت را میتوان روی کاغذ انجام داد. که تمرین بسیار مناسبی برای استدلال و ادراک بینایی است.

- چند نقطه روی یک صفحه مشخص کنید و از کودک بخواهید به نحوی نقاط را به هم وصل کند که شکل مشخصی ایجاد شود. (مثلا یک مثلث یا دوزنقه و ...) بهتر است ابتدا از شکل های ساده تر شروع کند و با پیشرفت کار شکل ها دشوارتر شود. مثلا اول مربع بسازد بعد مستطیل سپس مثلث و در مراحل دشوارتر دوزنقه و چندضلعی و ...

این بازی به ادراک بینایی و توجه دیداری کمک می کند.

- توپی را به سر طنابی بسته و آن را حول یک نقطه در یک مسیر دایره ای روی زمین بچرخانید. از کودک بخواهید از روی طناب و توپ بپرد. این تمرین موجب تقویت کنترل تعادلی کودک، سرعت عمل و تمرکز و توجه می شود.

- با مقواهای رنگی و با کمک کودک شکل درخت، خانه، ابر، خورشید و ... در آورید سپس از کودک بخواهید با دوختن آنها با نخ و سوزن به یک سطح کارتونی تصویر را کامل کند. این تمرین به خلاقیت و حرکات ظریف کودک کمک می کند.

- وسایل مورد نیاز: توپ، بالشت

یک توپ پلاستیکی را بین دو ساق پای کودک یا دو زانو های کودک قرار دهید و از کودک بخواهید از روی بالشت هایی که به عنوان مانع برای او در مسیر راهش قرار داده اید جفت پا بپرد و در عین حال به آن ها برخورد نکند و توپ را هم بین زانوانش حفظ کند و یا اینکه میتواند بجای جفت پا پریدن، به صورت زیکزاک از بین موانع به همراه توپ عبور کند. (تقویت حرکات درشت، تعادل، توجه، ادراک بینایی و ...)

- کودک همراه پدر یا مادر، با در آمدن صدای آغاز بازی که میتواند صدای سوت باشد و یا آغاز یک موسیقی، از سر فرش شروع به دویدن میکنند و دستشان را به سر دیگر فرش میزنند و بعد در انجا ۵ تا طناب یا پروانه می زنند و بعد از آن که طناب زدند به صورت لی لی زدن دوباره به نقطه شروع برمی گردند. این تمرین به برنامه ریزی حرکتی، سرعت عمل و کنترل هیجان کمک می کند.

- با مقوا مثلث های کوچکی در بیاورید. از کودک بخواهید با کنار هم قرار دادن این مثلث ها اشکال هندسی جدید بسازد. (مربع، مثلث، لوزی، دوزنقه، مستطیل، پنج ضلعی و...) این تمرین موجب افزایش تمرکز و بهبود ادراک دیداری-فضایی می شود.

- در یک متن یا عبارت از کودک بخواهید مثلا دور تمام حروف "ر" در متن خط بکشد. این تمرین برای بهبود توجه مناسب است. از آن جایی که کودک نمی تواند بخواند حرف "ر" از قبل به او نشان داده و بگویید که دنبال این شکل در متن بگردد.

- یک سینی پلاستیکی نازک و یک آهنربا و تعدادی پیچ کوچک فراهم کنید. در یک سمت سینی سوراخ هایی به اندازه ی پیچ ها ایجاد کرده و سوراخ ها را شماره گذاری کنید. پیچ ها را در سمت دیگر سینی قرار دهید. از کودک بخواهید با کشیدن آهنربا از زیر سینی، پیچ ها را از آن سمت سینی به طرف سوراخ مورد نظر شما هدایت کند. مثلا به کودک بگویید یک پیچ داخل سوراخ شماره ۳ بیاندازد اگر درک شماره گذاری برای کودک مشکل است می توانید سوراخ مورد نظر خود را با اشاره دست به او نشان دهید. این تمرین برای تقویت توجه و تمرکز مناسب است.