

یکجا مسیری کردن وقت

فعالیت های سرگرم کننده و ساده برای انجام با
فرزند خردسال تان در خانه

National
Literacy
Trust

Change your story

خوش آمدید

حرف زدن با نوزاد یا طفل کوچک تان و شریک ساختن کتابها به آنها بهترین آغاز در زندگی را میدهد.

منجیث پیر یا مادر شما یک نقش خاص دارید. خبر خوب این است که برای کمک به فرزندان در آماده شدن برای یادگیری، نیاز ندارید متخصص باشید.



آیا شما میدانستید که اطفال از طریق تجربه های ساده روزانه بسیار چیز ها میآموزند!

نکات برتر

نکات برتر در این کتاب پیشنهاداتی خوبی برای چگونگی حمایت از یادگیری فرزندان و آماده کردن او برای مکتب میدهد.

کلمات برای فعالیت های زندگی

از کلمات برای فعالیت های زندگی استفاده کنید تا به فرزند خود کمک کنید تا زبانی را که برای مکتب به آن ضرورت دارد بیاموزد. برای شروع این موارد را امتحان کنید. شما می توانید مفکوره های تازه را بطور آنلاین از این لینک دریافت کنید wordsforlife.org.uk.

نکته مهم

طفل شما وقتی می گویند "آفرین" آن را دوست خواهد داشت! تعریف زیاد طفل شما را کمک میکند تا در باره خود احساس خوبی کنند.

کلمات برای فعالیت زندگی

هنگام بیرون رفتن - در جاده، در بس ها، هر کجا که راه بروید با فرزندان گپ بزنید! آنها میتوانند از شما لغات زیادی یاد بگیرند.



گفتگو کنید، بازی کنید، بخوانید

گفتگوی صمیمانه اهمیت دارد!

به نوبت با طفل تان گفتگو کنید و به وی گوش دهید.

اطفال با پرسیدن سوال، صحبت در مورد مفکوره های خود، توصیف آنچه می بینند و با شک و تردید از خود پرسیدن میآموزند.

هنگامی که شما با اطفال تان گفتگوی صمیمانه میکنید شما با هم میتوانید با هم خوش بگذرانید. کوشش کنید:

- پرسیدن سوالات
- حرف زدن در باره تجارب
- گفتن فکاهی
- حرکات پفلاانه کردن
- گیم بازی کردن
- خواندن آهنگها



نکته مهم

برای نظریه های بیشتر از لینک زیر

دین کنید wordforlife.org.uk

کلمات برای فعالیت زندگی

با طفل تان در مورد کارهایی که انجام می دهید در حین انجام فعالیت های روزمره، مانند مرتب کردن شستن یا درست کردن غذای شب، صحبت کنید.



آیا شما میدانید که هر چی بیشتر با طفل تان

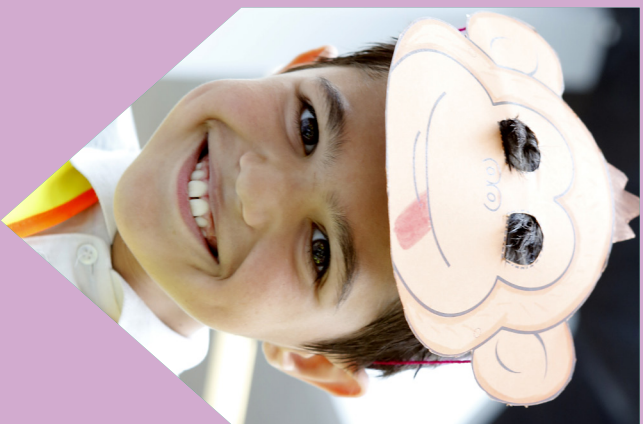
حرف بزنید و طفل تان لغات بیشتر که شما استفاده میکنید بشنود، در مدرکت در سن 10 سالگی بهتر عمل خواهند؟

شوخی با شید

اطفال از طریق بازی خود یاد می گیرند دنیا را درک کنند!

بازی و اقصا برای رشد اطفال مهم است. بازی با اطفال دیگر به آنها کمک می کند تا ارتباط برقرار کنند، نویت بگیرند، به اشتراک بگذارند و دوست پیدا کنند.

اطفال از استفاده از تخیل خود برای تبدیل اشیاء مختلف به وسایل بازی لذت می برند. شما می توانید لباس هایبوشیدنی مانند بوت های بزرگسالان، لباس، بیک ها یا حتی ظروف خالی تهیه کنید - کانینر های بزرگ عالی هستند!



نکته مهم

اگر بازی پر جمع و جوش یا پرسر و صدا است، به پارک محلی خود بروید!

کلمات برای فعالیت زندگی

قصه را شریک سازید " ما به یک شکار خرس میرویم" و بعدا به یک شکار تخیلی خرس در اطراف باغ تان یا پارک محلی بروید!

کلمات برای فعالیت زندگی

در بازی تخیلی طفل تان شامل شده و یک شخصیت را بخود بگیرید! در آن شخصیت از شان سوالات پرسان کنید یا برای شان توضیح دهید شما چی میکنید. این به طفل شما فرصت میدهد تا نعات جدید را شنیده و مسائل را حل کنند.

آیا شما میدانستید که اجازه انتخاب به طفل تان دادن که خوش دارند چی چیزی بازی میکنند؟



خواندن علامه ها

انتشارات همه جا هستند!

افعال در یک دنیای پر از انتشارات زندگی میکنند و هر جا پیام ها، تصاویر و لوگو ها را میبینند.

شناختن محل محبوب شان که در آن غذا میخورند یا نام سوپر مارکت قدم های اول در یادگیری خواندن و نوشتن است.

آیا شما میدانستید که هر قدر
طفل تان شما را بیشتر در حال
خواندن ببیند، آنها همچنان
میخواهند بیشتر بخوانند!

کلمات برای فعالیت زندگی

وقتی شما با طفل تان بیرون هستید، به علامه ها، سمبول ها، لوگو ها و لغات در چهار اطراف تان نگاه کنید. آنها را تشویق کنید که به شما علائمی را که میباشند نشان دهند و کمک شان کنید تا آنها را بخوانند!



نکته مهم

مطمئن شوید که طفل تان شما را در حال خواندن چیزهایی ببیند که از آنها لذت می برید، مانند کتاب، مجلات، کمیک ها، راهنماها، دستور العمل های غذایی یا دستور العمل های دیگر و به آنها بگویند چرا این کار را می کنید.

بخورید، بخوابید، حرکت کنید

بدن های در حال رشد اطفال را تغذیه کنید!

یک رژیم غذایی مختلط و متفاوت با میوه های تازه، سبزیجات و لبنیات بسیار مهم است تا به بدن و استخوان ها کمک کنند رشد سالم داشته باشد. آشپزی تازه می تواند ارزان تر از خرید غذای از قبل آماده شده باشد. غذا های خشک و قوطی شده چون پاستا، پانچان رومی و لوبیا خوب استند، ضروریات صدها آشپزخانه که می توانند غذا های مختلفی بسازند.



nhs.uk/start-for-life/baby/recipes-and-meal-ideas

آیا شما میدانستید که بسیار تعداد زیاد سوپر مارکت مفکوره های دستورالعمل باری غذا ها دارند که بسیار قیمت نیستند؟ یا، می توانید به دنبال ایده های دیگر به صورت آنلاین باشید:

کلمات برای فعالیت زندگی

اطفال تانرا با حرف زن در باره اینکه شما چی میکنید در هنگام آشپزی مشغول سازید.

نکته مهم

از دوستان تان پرسید اطفال آنها خوش دارند چی چیزهای بخورند و تبادل دستورالعمل غذایی کنید!

نکته مهم

از مکتب طفل تان در باره گزینه های کلوب صبحانه و غذای چاشت پرسید!



بخوابی بخوابید

استراحت کنید و آرام شوید!

داشتن مقدار کافی خواب و استراحت برای اطفال بسیار مهم است

روتین وقت خواب

روتین وقت خواب ممکن اینطور باشد:

- 6.45 بعد از ظهر: لباس خواب تن را بپوشید، و دندان های تن را برس بزنید، و تشناب بروید.
- 7.15 بعد از ظهر: زمان خاموش با یک کتاب، قصه یا گفتگوی خاموشانه.
- 7.30 بعد از ظهر: شب بخیر و چراغ ها خاموش!



نکته مهم

کوشش کنید تا "زمان اسکرین" را در تبلیغونها، تلویزیون ها یا کامپیوتر در ساعت قبل از وقت خواب کاهش دهید چون میتواند اطفال را از رفتن بخواب باز دارد.

برای پیشنهاداتی برای کمک به خوابیدن فرزندتان، به لینک زیر مراجعه کنید sleepfoundation.org

کلمات برای فعالیت زندگی

به عوض یک کلاب در وقت خواب، کوشش کنید تا یک قصه با استفاده از تخیلات خود بسازید!

آیا شما میدانید که آهنگ های آرامبخش و لالایی میتواند اطفال را ساکن ساخته و به آنها کمک میکند تا به آرامی بخوابند؟



حرکت کنید

زمان آن است که جسماء فعال باشید!

توصیه میشود تا اطفال الی سن پنج سال سه ساعت فعالیت جسمی در طول روز داشته باشند. این شامل راه گشتن، خیز زدن، دوش، بالا شدن و توان خود را حفظ کردن میباشد. بدن اطفال در جریان این زمان بطور سریع رشد میکند و تکمیل میگردد. اطفال دوست دارند فعال باشند و برای سالم ماندن نیاز به تحرک دارند.



نکته مهم

یک فعالیت جسمی را که از آن لذت میبرید
ببایید (شاید رقص تا به موسیقی یا پیاده گردی)
و طفل تانرا تشویق کنید که با شما بکجا شود!

فعالیت های مناسب برای اکثر اطفالی که راه گشته میتوانند

شامل است:

- بازی فعال (مانند چشم پتکان یا گیر کردن در گل)
- دویدن در چهار اطراف
- خیز زدن بالای ترمپولین
- راننن بایسکیل
- رقص کردن
- آبیازی کردن
- ریسمان بازی
- جیمناستیک 3



کلمات برای فعالیت زندگی

از طفل تان بخواهید تا درباره فعالیتی که در
نرسری انجام داده است به شما بگوید. از آنها
پرسید که در باره آن چه چیزی را دوست داشتند
یا دوست نداشتند - و چرا.

چیکاری می‌توانید برای حمایت از طفل تان انجام دهید

تحقیقات نشان می‌دهد که هفت کاری وجود دارد که والدین می‌توانند با طفل خود انجام دهند تا به او کمک کند تا یاد بگیرد و به نتایج خوبی در زندگی دست یابد.⁴

با حروف بازی کنید

انجام بازی با اشکال و صداهای حروف یادگیری را سرگرم‌کننده میسازد.

با هم یکجا بازی کنید

اطفال خردسال از طریق بازی یاد می‌گیرند. بازی یکجایی به اطفال کمک می‌کند تا مهارت‌هایی را که برای برقراری ارتباط و معاشرت نیاز دارند توسعه دهند.

آهنگ و ترانه بخوانید

خواندن ترانه‌های نرسری یک طریقه عالی است تا طفل شما را در یاد گرفتن صداها و لغات در سراسر ترانه و تکرار کمک کند.

کتاب‌ها و قصه‌ها را شریک سازید

نگاه کردن به کتاب‌ها با هم یک راه عالی برای یادگیری از سنن بسیار پایین است.

بیرون بروید

پیاپدروی یا رفتن به مغازه‌ها با هم به شما و طفل تان چیزهای جدیدی برای تجربه کردن می‌دهد، از جمله چیزهایی برای دیدن، حس کردن، بو کردن، چشیدن و شنیدن، و همچنین چیزهای زیادی برای قصه کردن!

دست‌رسی به کتاب‌ها

اگر یک کتابخانه محلی باز است، می‌توانید کتاب‌ها را به صورت رایگان امانت بگیرید و در فعالیت‌های رایگان برای اطفال شرکت کنید. نرسری‌های محلی، مراکز اطفال و مکتب‌های می‌توانند دست‌رسی به کتاب‌های رایگان را فراهم کنند. فقط بپرسید!

نقاشی کنید و رسم بکشید

علامت‌گذاری و خط‌کشدن شروع یادگیری نوشتن است

این فعالیت‌های ساده واقعاً

در نحوه یادگیری و رشد مهارت‌های شنیدن، صحبت کردن، خواندن و نوشتن طفل شما تفاوت ایجاد می‌کند. می‌توانید با هم سرگرم شوید و همزمان برای مکتب آماده شوید!





شیریک ساختن قصه ها

آیا میدانید اطفالی که در سن 5 سالگی، توسط والدینشان به طور منظم برای آنها خوانده می شد در 16 سالگی در آزمون های ریاضی، لغتنامه و املا بهتر از اطفالی بود که در این روش کمکی به آنها نشده است؟⁵

آیا میدانستید که اطفال اغلب داستان مورد علاقه ای دارند که می خواهند بارها و بارها بشنوند؟ این به آنها کمک می کند تا ترتیب کلمات را یاد بگیرند و کلمه نویخته شده را به داستان پیوند دهند - که اولین گام در یادگیری خواندن است!

کلمات برای فعالیت زندگی

با طفل تان در مورد کارهایی که در طولیت انجام می داندید صحبت کنید. تمام خانواده را مشغول سازید- پدربزرگ ها و مادربزرگ ها ممکن است داستان هایی برای به اشتراک گذاشتن از زمانی که بزرگ میشدن داشته باشند!



شما همیشه نیازی به خواندن کلمات ندارید. نگاه کردن به کتایب های مصور و صحبت کردن در مورد آنها طریقه عالی برای تشویق طفل تان به لذت بردن از داستان هاست. اگر در خانه به زبان دیگری صحبت می کنید، در مورد تصاویر و داستان به زبان خود صحبت کنید.

وقتی کتاب ها را به اشتراک می گذارید، می توانید با هم سرگرم شوید:

- در مورد جلد کتاب صحبت کنید و به عنوان آن اشاره کنید.
- به طفل تان اجازه دهید کتایب را در دست بگیرد و ورق بزند.
- آنها را تشویق کنید تا در مورد تصاویر صحبت کنند.
- از صداهای مختلف برای شخصیت های مختلف استفاده کنید. افکت های صوتی مانند پاشیدن آب در چتری ها، هارن زنن موتو یا صدای حیوانات را اضافه کنید.

- وقتی داستان تمام شد، می توانید از آنها پرسید که آیا آن را دوست داشتند و آیا شخصیت مورد علاقه ای داشتند یا خیر.

نکته مهم

با هم یک خانه بسازید (یک تکه ای روی میز)، با فضایی که هر دوی شما اشتراک کرده بتوانید. می توانید خانه خود را بخشی از داستان کنید - خانه می تواند غار هیولا، کشتی راکت دار یا برج شاهخت باشد.

خواندن آهنگ ها و ترانه ها

آهنگ ها و ترانه ها اگر شامل افعال باشند، زبان، لغتنامه، حرکت و هماهنگی، کودکان را توسعه می دهند. بسیاری نیز در یادگیری شمارش کمک می کنند.

اگر صدای آواز شما زنگ زده یا ناهماهنگ است نگران نباشید، مهم نیست و هر چه بیشتر با طفل تان بخوانید، اعتماد به نفس بیشتری خواهید داشت.

اگر آهنگ را نمی دانید، می توانید سی دی ترانه ها را از کتابخانه قرض بگیرید یا آنها را در YouTube جستجو کنید. شما همیشه می توانید آهنگ های خود را بسازید، یا فقط با هم یکجا با رادیو آواز بخوانید.



آیا میدانستید که آهنگ ها و ترانه ها می توانند به طفل شما در مورد دنیا بیاموزند؟ می‌توانید در Old MacDonald Had A Farm صدای حیوانات را در بیورید و در Once Caught A Fish Alive 1، 2، 3، 4، 5 بشمارید.!

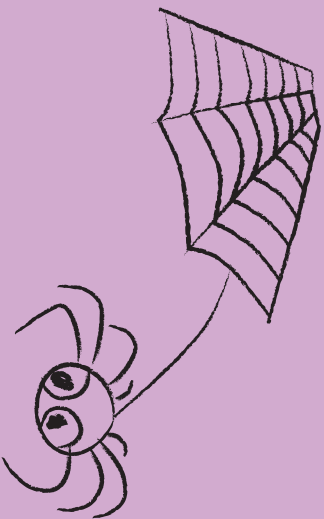
[wordsforlife.org.uk/themes/songs-and-rhymes](https://www.wordsforlife.org.uk/themes/songs-and-rhymes)

اینسی وینسی اسپایدر

در حین خواندن متن ترانه ها را اجرا کنید، یا عکسبوت و ناوه خود را با استفاده از چیزهایی مانند ظرف ماست، پشم و لوله های رول آشپزخانه درست کنید. می توانید ویدیویی از آهنگ را با اقدامات

پیدا کنید: [wordsforlife.org.uk/activities/incy-wincy-spider](https://www.wordsforlife.org.uk/activities/incy-wincy-spider)

جولا انسی ونسی در ناوه آب بالا شد
باران آمد و جولا را شسته پایین آورد
افتاب بیرون شده و باران را خشک کرد
و جولای انسی ونسی دوباره به ناوه بالا شد.



نکته مهم

اگر آهنگ یا ترانه به زبان دیگری می دانید، آن ها را نیز با فرزندتان بخوانید.

با هم یکجا بازی کنید

یادگرفتن به اشتراک گذاشتن، نوبت گرفتن، برقراری ارتباط، راحت بودن و دوست شدن با دیگران مهارت های مادام العمر هستند، اما برای یادگیری کمی زمان می برند! می‌توانید با بازی کردن با هم، با تنظیم قرار ملاقات با دوستان یا اعضای خانواده، به صورت حضوری یا از طریق FaceTime یا WhatsApp، به طفل تان کمک کنید تا این مهارت‌های مهم را تمرین کند.



نکته مهم

همه اطفال با هم فرق دارند! بعضی‌ها سرزنده‌تر و با اعتماد بنفس‌تر از دیگران هستند - مقایسه نکنید و نگران نباشید - شما طفل تان را بهتر می‌شناسید، بنابراین او را حمایت و تشویق کنید.

آیا میدانستید که یادگیری بازی با دیگران برای رشد فردی، اجتماعی و عاطفی اطفال مهم است؟ شما می‌توانید همبازی خوبی برای طفل تان باشید. فقط علائق آنها را دنبال کنید!

اطفال به روش های مختلف بازی می کنند:

- به تنهایی بازی کردن
- تماشای بازی اطفال دیگر
- بازی در کنار دیگران؛ انجام همان فعالیت اما با آنها یکجا نشدن
- علاقمند شدن به آنچه دیگران بازی می کنند و شروع به قصه کردن با هم
- بازی کردن با هم، معمولاً در یک گروه کوچک

نکته مهم

طفل خود را تشویق کنید و به او اطمینان دهید تا همانطوری که شروع به پیدا کردن دوستان خود می کند، اعتماد به نفس خود را افزایش دهد.



با حروف و اعداد بازی کنید

انواع بازی هایی وجود دارد که می توانید با حروف و اعداد بازی کنید، از شکل و صدای آنها گرفته تا یادگیری کلمات جدیدی که حرف اول یکسانی دارند. می توانید مراقب اعدادی باشید که طفل تان آنها را تشخیص می دهد، مانند شماره دروازه خانه یا سن آنها، و ببینید آیا می توانید این اعداد را در بس ها، مغازه ها یا علائم جاده پیدا کنید. به یاد داشته باشید که حروف و اعداد همه جا هستند!



نکته مهم

با طفل تان با صدای بلند بشمارید – بدانید که برای رسیدن به دروازه ورودی یا تعداد پایه های چراغ هایی که هنگام راه رفتن به پارک از کنارشان می گذرید، باید چند قدم بردارید!

کلمات برای فعالیت زندگی

در مورد حروفی که می توانید در نامه های ناخوابسته و مجلات قدیمی پیدا کنید صحبت کنید. تعدادی از حروف را ببرید و یک کو لار درست کنید. ببینید آیا می توانید حرف اول نام طفل تان را پیدا کنید. اگر آنها هنوز نمی توانند حروف را تشخیص دهند، آن را کنار هم ترتیم کنید و ببینید که آیا می توانید آن را در زمانی که خارج از منزل هستید تشخیص دهید.



"من به پارک می روم"

بازی را به نوبت انجام دهید و بگویید در سفر به پارک چه می‌خواهید ببرید. قانون این است که شما فقط می‌توانید چیزها را با صدای «P» بگیرید (مثلاً "من به پارک می روم و می‌خواهم بیک نیک/لوطی/پنسل بگیرم"). می‌توانید با تغییر مکانی که محدودید (مثلاً به سمت دریا، جایی که فقط می‌توانید چیزهایی که با «S» شروع می‌شوند را با خود ببرید، لذت ببرید). آیا می‌توانید همه چیزهایی را که قرار است بردارید به یاد بیاورید؟

حروف ساخته شده از موم یا پلاستیک

سعی کنید شکل حروف را با هم از پلاستیک درست کنید یا موم خود را درست کنید.

با هم مخلوط کنید:

- نو پیاله آرد ساده
- $\frac{1}{2}$ پیاله آب سرد
- سه قاشق غذاخوری روغن نباتی
- یک قاشق غذاخوری آب لیمو (اختیاری)
- هر رنگ خوراکی یا زرک که بخواهید.

کلمات برای فعالیت زندگی

برای تشویق کودکان به خواندن زود هنگام، به جای نام حروف الفبا از صداهای حروف استفاده کنید. استفاده از صداهای حروف زمانی که بازی‌هایی مانند «من به پارک می‌روم» یا "من جاسوسی می‌کنم" را با هم انجام می‌دهید، به آن‌ها کمک می‌کند تا هنگام یادگیری خواندن، کلماتی را به زبان بیاورند.



بیرون بروید

دنیا پر است از کلمات و تصاویر هیجان انگیز و چیزهایی که باید انجام دهید، احساس کنید و کشف کنید، از پاکت های سیریلک و علامه های سرک گرفته تا چتری های پر از آب و برگ های افتاده.

طفل نان را تشویق کنید تا دنیای اطراف خود را کشف کند.

- به پیاده روی بروید و در مورد حروف، کلمات و اعداد روی علامه های سرک و ویتترین مغازه ها صحبت کنید
- هنگام خرید غذا، اندازه، رنگ و بوی میوه ها و سبزیجات را با هم مقایسه کنید

آیا شما میانسئیتید که بیرون رفتن برای پیاده روی به طفل نان کمک می کند تا یاد بگیرد. با سرعت طفل نان راه بروید، قصه کنید و به چیزهایی که متوجه می شوند و در مورد آنها می پرسند علاقه نشان دهید.



چطور یک حلقه کلید کارت تصویری را ساخته و از آن استفاده نماییم

چیزی را که نیاز دارید

- پنبل و کاغذ برای لیست خرید شما
- عکسهای میوه و سبزیجات
- قیچی، محفوظ برای اطفال
- سوراخ کن
- ریسمان یا فیتیله برای عبور دادن از تصاویر

چیزی که انجام میدهید

یک دستور غذا پیدا کنید و با قطع کردن تصویری از مواد تشکیل دهنده از بروشورها و مجلات، با هم یک لیست خرید تهیه کنید.

با سوراخ کردن یک گوشه از هر عکس و گره زدن آنها با نخ، یک حلقه کلید درست کنید.

به اطفال اجازه دهید هنگام خرید از حلقه کلید استفاده کنند. این به آنها کمک می کند تا با استفاده از تصاویر غذا را پیدا کنند. با هم تر باره آنچه می بینید صحبت کنید و تعداد را که نیاز دارید با هم بشمارید.

نکته مهم

حلقه های کلید کارت تصویری یک راه عالی برای بازی با طفل شما هستند. سعی کنید یک حلقه کلید از تصاویری که ممکن است هنگام بیرون رفتن ببینید، بسازید.

کلمات برای فعالیت زندگی

هنگامی که با طفل خود بیرون میروید، به صداهای که می توانید بشنوید گوش دهید، از جمله صداهای ترافیک، آلارم موترها، موسیقی، غوغا سگ ها، آواز خوانان پرندگان و طیاره های بالای سر.

در باره آنچه می شنوید صحبت کنید. سعی کنید صداهای را کاپی کنید - آیا می توانید همان صدا را ایجاد کنید؟





دسترسی به کتاب ها

مکتب، کتابخانه، مرکز اطفال یا نرسری محلی شما ممکن است بتواند شما را به کتاب های رایگان اطفال دسترسی دهد. رنگ بن

و بیرس!

اگر کتابخانه شما باز است، می توانید کتاب ها را به صورت رایگان امانت بگیرید!

آیا میدانستید که هر چه بیشتر تعداد کتاب های طفلانه در خانه داشته باشید، احتمال اینکه طفل تان هنگام شروع مکتب خوب عمل کند، بیشتر می شود؟ لازم نیست اینها کتاب های باشند که شما صاحب آنها هستید - در واقع، هر چه تعداد کتاب های بیشتر قرض گرفته شود، بهتر است.⁶

پیدا کردن کتابی که درست است

اگر طفل شما خوش کتابی را انتخاب کرده باشد، احتمال اینکه بخواند کتابی را به اشتراک بگذارد بسیار بیشتر است. در اینجا چند راه وجود دارد که می توانید به آنها کمک کنید کتابی را انتخاب کنند که از آن لذت ببرند:

- **جلد اش را چک کنید**
آیا آنها می توانند کتابی در مورد چیزهایی که دوست دارند ببینند؟
- **داخل شوید!**
نگاهی به داخل بیندازید. آیا آنها تصاویر را دوست دارند؟
- **آیا شخصیت هایی دارد که آنها دوست دارند؟**
آیا آنها هیو لاها یا خرسک ها یا فضا نشینان را یا تریون ها را دوست دارند؟
- **آیا هر کدام از شما می تواند صداهایی را به مطابقت با تصاویر ایجاد کند؟**
صداهای حیوانات، صدای موتر، تریون یا راکت.
- **آیا این یک قصه با اکت است؟**
آیا آنها دوست دارند با این نوع قصه ها همراه شوند؟
- **آیا کدام چیز عجیب وجود دارد؟**
آیا آنها کتاب هایی با تصاویر یا ورق های باز شونده یا تاب که میچرخد را دوست دارند؟ آیا می توانید شخصیت پنهان را پیدا کنید؟

نکته مهم

کتاب های کتابخانه طفل تان را در اختیار داشته باشید تا بتوانند هر زمان که خواستند به یکی از آنها نگاه کنند. یا چرا کتاب های طفل تان را با اسباب بازی هایش نگه ندارید؟ خرسک ها و گودی ها هم دوست دارند بخوانند!

کلمات برای فعالیت زندگی

مجلات نیز برای اشتراک گذاری خوب هستند. در مورد تصاویر مختلف گپ بزنید و از فرزندان بپرسید که کدام یک را بیشتر دوست دارد.



از نقاشی و رسامی لذت ببرید

نقاشی و رسامی به طفل شما کمک می کند تا تمرکز، خلاقیت و مهارت های را که برای نوشتن به آنها نیاز دارد توسعه دهد.

از مواد مختلف علامت گذاری استفاده کنید - پنسل رنگه درشت، پنسل، فوم ریشتراشی و رنگ استفاده از آب و برس نقاشی روی سنگفرش های باغ لذت بخش است

نکته مهم

خلاق باشید طفل خود را تشویق کنید که علامت بگذارد، رسامی کند و تصاویری را که از انواع مختلف اشیاء مانند پر، صدف یا شاخه ساخته شده است بچسباند. تصاویر دلخواه را از مجلات جدا کنید و کولاژ بسازید.



چگونه کتاب خاطره خود را بسازیم

چیزی را که نیاز دارید

- یک دفترچه یادداشت
- خودکار، پنسل رنگه و پنسل های ساده
- عکس ها
- مجلات و کتابلاک ها
- قیچی محفوظ برای اطفال
- سرش

چیزی که انجام دهید

- به طفل خود کمک کنید تا پیشروی کتاب خاطره خود را تزیین کند. نام آنها را با هم بنویسید.
- کلمات یا نقاشی هایی در مورد چیزهای مورد علاقه آنها، مانند غذا، مکان یا اسباب بازی، یا عکس های خانواده یا حیوانات خانگی خود اضافه کنید.
- وقتی بیرون هستید، تکت بس و سایر تکت ها را جمع آوری کنید و اجازه دهید طفل تان آن ها را در آن جا بچسباند.
- سعی کنید به طفل خود اجازه دهید از زرک، رنگ، برچسب یا هر چیز دیگری استفاده کند تا کتاب خاطره خود را سرگرم کننده و رنگارنگ بسازد.



کلمات برای فعالیت زندگی در مورد خط کردن های طفل تان صحبت کنید و از او بپرسید که چه چیزی کشیده است اشکال و تصاویری را که قابل تشخیص هستند انتخاب کنید و خودتان بعضی از آنها را رسامی کنید.



آماده شدن برای مکتب

شما می توانید طفل خود را برای مکتب آماده کنید:

- انجام بازی هایی که شامل نوبت گرفتن و اشتراک گذاری است
- کمک به آنها برای در خواست آنچه نیاز دارند، اگر گرسنه، تشنه یا خسته هستند
- به آنها آموزش دهید که خودشان لباس بپوشند، خودشان غذا بخورند و به تنهایی از تشناب استفاده کنند.

شروع مکتب می تواند یک تجربه مثبت برای همه باشد

- منیجیت والدین، شما اولین معلم فرزندان هستید.
- در مورد مکتب معلومات بدست آورید تا بفهمید وقتی طفل تان شروع به کار کند چه اتفاقی خواهد افتاد.
- در صورت پیشنهاد، قبل از شروع مکتب آماده بازدید از خانه از طرف معلم باشید.
- به وب سایت مکتب نگاه کنید.



آیا میدانستید هر چه طفلان با مکتب با
نرسری جدید خود آشنا تر باشند، سریعتر در
آن مستقر خواهند شد؟

مصلحتن شوید که می دانید در روز اول چه کاری انجام دهید: صبح کجا بروید و
فرزندان را از کجا تسلیم شوید.

کتاب های در مورد شروع مکتب بخوانید

کتاب های مختلفی وجود دارد که می توانید درباره مکتب به اشتراک بگذارید. این می تواند به طفل شما کمک کند که برای شروع یا بازگشت به مکتب آمادگی داشته باشد.

چند کتاب در زیر لیست شده است:

- شروع کردن مکتب توسط جینت و آلن آهلبِرگ
- تاپسی و تیم مکتب را آغاز میکنند توسط جین و گارت آدمسن
- رفقن به مکتب توسط آنا سیوراردی و استفن کارترایت
- هری و دانیاسور به مکتب میروند توسط ایان و الیبرو
- به مکتب بیا همچنان، کانگروی آبی! توسط ایما چیچستر کلارک
- آیا من برای مکتب خیلی کوچک هستم توسط لارن چاپلند

تجربین رویتن های جدید

رویتن صبحگاهی شامل بیدار شدن و لباس پوشیدن و صرف صبحانه "به موقع برای مکتب" را تمرین کنید. مطمئن شوید که طفل شما به اندازه کافی می خوابد و در روز اول برای مکتب آماده است.

کلمات برای فعالیت زندگی

یکی از کتاب های لیست شده را به اشتراک بگذارید.
درباره احساس طفل تان درباره شروع مکتب
صحبت کنید.



نکته مهم

در پایان روز — با لبخند به طفل تان سلام کنید نه با موبایل!

تلفون: 020 7587 1842

ایمیل: contact@literacytrust.org.uk

وبسایت: literacytrust.org.uk

ما را در فیسبوک ببینید: [facebook.com/nationalliteracytrust](https://www.facebook.com/nationalliteracytrust)



در توییتر ما را دنبال کنید: @Literacy_Trust



در انسٹا گرام ما را دنبال کنید: @Literacy_Trust



برای خبرنامه رایگان ایمیل ما ثبت نام کنید: literacytrust.org.uk/newsletter

صندوق ملی سوادآموزی یک شماره ثبت شده موسسه غیرپه است. 1116260 و یک شرکت با مسئولیت محدود با شماره ضمانت نامه، 58366486 ثبت شده در انگلستان و ولز و شماره یک موسسه خیریه ثبت شده در اسکاتلند. SC042944. آدرس راجستر شده: 1RL, South Lambeth Road, London SW8 68.

حاصل: HRH دوشس کورنوال

© National Literacy Trust 2023 این منبع همه آماده برای مکتب تحت مجوز بنز دونت 3.0 جواز دارد.

مراجع:

1. <https://raisingchildren.net.au/school-age/sleep/understanding-sleep/school-age-sleep>
2. <https://www.gov.uk/government/publications/uk-physical-activity-guidelines>
3. <https://www.nhs.uk/live-well/exercise/physical-activity-guidelines-children-under-five-years/>
4. اهورن موثر پیچ از مکتب، تعلیمات ابتدای و متوسطه (EPPSE), Kathy Sylva et al
5. نایرتری هلی انجمنی در نمرات شناختی در سن 16 سالگی. نقش خواندن یا مطالعه. Alice Sullivan, Matt Brown, 20136.
6. بیگاه هلی والین: استفاده تکنولوژی توسط اطفال در سال های اولیه، دکتر سوسی فورمن، لیند ملی سوادآموزی (National Literacy Trust), 2014