

بناام خدا

بازی‌هایی برای توانمندی شیرخواران

متن کتاب حاضر در راستای ارتقای سلامت جسمی و تکاملی شیرخواران، توسط افراد زیر
(به ترتیب مروف لقباً) در اداره سلامت نوزادان تهیه و تدوین گردیده است:

دکتر عباس حبیب‌الهی: متخصص کودکان و نوزادان
دکتر سیف‌الله حیدرآبادی: فوق تخصص تکامل کودکان
دکتر محمد حیدرزاده: فوق تخصص نوزادان
دکتر سهیلا خزاعی: فوق تخصص بیماری‌های نوزادان
دکتر محمد اسماعیل مطلق: متخصص کودکان و نوزادان
با همکاری

فروزان اکرمی: کارشناس ارشد اداره سلامت نوزادان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
حاجیه جعفری پردستی: کارشناس ارشد اداره سلامت نوزادان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
نسرین رشیدی جزئی: کارشناس اداره سلامت نوزادان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
روشنک وکیلیان: کارشناس ارشد اداره سلامت نوزادان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

و با سپاس از:

دکتر سیدحامد برکاتی - دکتر امیرعباس بشارتی - دکتر محمود راوری - دکتر ناهید عزالدین زنجانی
روابط عمومی و امور بین‌الملل دانشگاه علوم پزشکی تهران
معاونت دانشگاه شهید بهشتی - معاونت محترم امور اجتماعی و فرهنگی شهرداری تهران - مهندس علی جورابچی
سرکار خانم دکتر پریسا پهلوان (مدیریت مهد کودک ویستا) و همکاران
که در تهیه این مجموعه همراهی نموده‌اند.

عنوان و نام پدیدآور: بازبهایم برای توانمندی شیرخواران / تهیه و تدوین اداره سلامت نوزادان.
 مشخصات نشر: تهران: پژوهاک آرمان ۱۳۹۱. مشخصات قاعری: ۴۸ ص:، مصور (رنگی): ۲۲۰۲۲ ص م. + یک لوح فشرده.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۳۰۷-۳-۰ وضعیت فهرست نویسی: فیا.
 موضوع: نوزاد -- روانشناسی موضوع: نوزاد -- تغریح موضوع: اسباب بازی -- جنبه های روانشناسی
 شناسه افزوده: ایران. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی. دفتر سلامت خانواده و جمعیت. اداره سلامت نوزادان.
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۱ ب۲ ۷۱۹ BF
 رده بندی دیویی: ۱۵۵/۴۲۲ شماره کتابتایی ملی: ۲۶۳۷۶۲۰

ناشر: انتشارات پژوهاک آرمان

تلفن: ۰۲۱-۸۸۰۵۷۹۰۰

فکس: ۰۲۱-۸۸۲۱۵۴۵۱

شمارگان: ۵۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول (بهار ۱۳۹۱)

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۳۰۷-۳-۰

بهاء با DVD آموزشی: ۷۵۰۰ تومان



کلیه حقوق کتاب و فیلم، ثبت و محفوظ بوده و متعلق به
 انتشارات پژوهاک آرمان می باشد و هر گونه کپی، تکثیر،
 اسکن و... به هر شکلی پیگرد قانونی دارد.

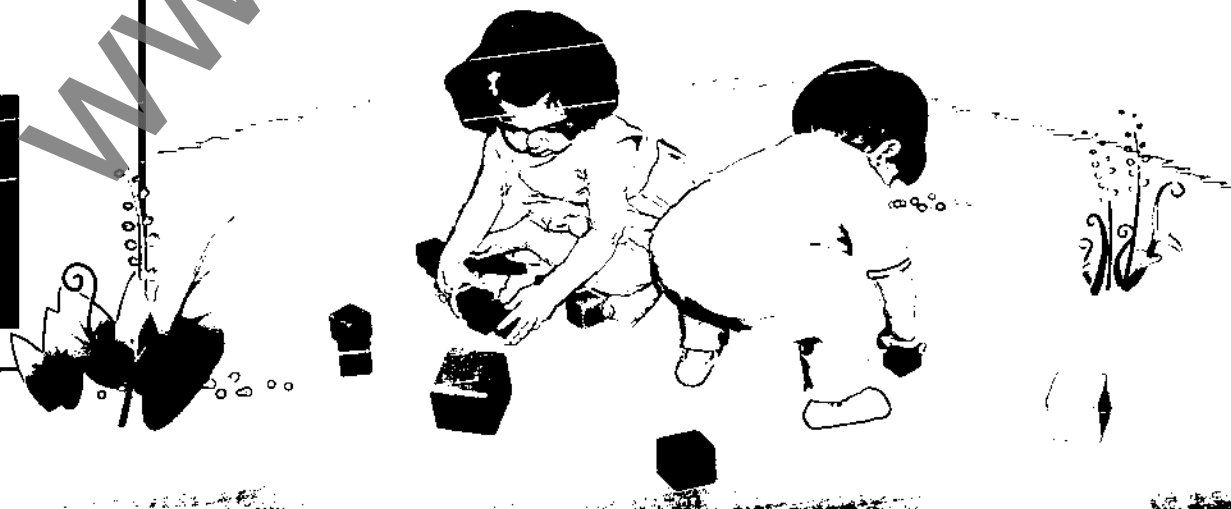
مدیر فنی و هنری پروژه:
 محمدمسام اسدی

طراحی گرافیک، صفحه آرای و عکاسی:
 مرجان چوپان

امور اجرایی:
 شهاب الدین سعیدی

پشتیبانی فنی تولید فیلم:
 مؤسسه فرهنگی-هنری وینارسانه

تهیه کننده فیلم:
 مینو چوپان





- ۴..... پیشگفتار
- ۵..... مقدمه

فصل اول : خصوصیات آموزشی بازی

- ۶..... بازی، آموزش با تفریح
- ۸..... تاثیر تبارب سال‌های اول زندگی
- ۹..... توانایی‌های نوزادان و شیرخواران
- ۱۰..... بازی و رشد مهارت‌های اجتماعی
- ۱۱..... آزادی عمل و محدودیت‌ها در دوران شیرخواری

فصل دوم : شرایط مناسب بازی

- ۱۲..... عوامل تاثیرگذار در بازی
- ۱۴..... معیار انتفاع نوع بازی
- ۱۷..... تضییقات گام به گام در بازی
- ۲۱..... انتفاع اسباب بازی
- ۲۳..... تاثیرات گوناگون انتفاع اسباب بازی
- ۲۵..... ایمنی اسباب بازی

فصل سوم : سایر اطلاعات تکمیلی

- ۲۷..... کودکان تیزهوش
- ۲۸..... آموزش صمیم و پرورش بهتر کودکان تیزهوش
- ۳۰..... رشد کودکان
- ۳۳..... تکامل کودکان
- ۳۴..... نیازهای تکاملی کودکان
- ۳۷..... رفتارهای اجتماعی و بازی‌های متناسب در سنین مختلف

بازی‌هایی برای توانمندی
شیرخواران؟





دوران کودکی، دارای ظرایف پیچیده‌ای است که نمی‌توان به راحتی به کشف و درک لایه‌های عمیق آن دست یافت. برای شناخت این دوران شکفت‌انگیز تنها می‌توان از خود کودکان در موردش آموخت.

کودکان یگانه و مینیاتوری از انسانیت و انصاف‌پذیری‌اند. آنان به شیوه‌ای خلاقانه با جهان اطراف خود مواجه می‌شوند و تمایل ذاتی به رشد و بالندگی دارند.

زبان طبیعی آنان تنها بازی است و برای این‌که به سلامت بزرگ شوند لازم نیست تنها نوشتن و خواندن بیاموزند اما قطعاً نیاز دارند بدانند که چگونه بازی کنند. بازی آنان صرفاً تفریح و سرگرمی پیش‌پا افتاده نیست بلکه سرشار از معنا و مفهوم است. می‌توان به دنیای عاطفی آنان با بازی راه پیدا کرد و ارتباطی قوی با رازهای ذهنی آنان برقرار نمود.

دغدغه شفصی کودکان تنها میرت است و تماشا، میرت از شناخت جهان هستی و آدمیان آن. تنها شیوه موهود در رویارویی با این جهان برای کودک فلق بازی است و این همه پنجره ارتباطی دنیای کودکان با واقعیت بیرونی زندگی و تنها فرصت پرورش فلاقیت ناب در ذهن یک انسان فردسال و کوچک است.

بازی، پاک‌ترین و رومانی‌ترین تجربه در تمام دوران کودکی بشر است. به‌گونه‌ای که یک تصویر پیشین و یا تقلیدی از زندگی آینده اوست.

بازی، همه‌آن رضایت درونی، لذت و آزادی است که یک کودک در زندگی‌اش تجربه می‌کند و از بودن خویش احساسی ارزشمند پیدا می‌کند.

یادمان باشد کافی نیست کودکی فقط شکمش سیر، جایش تمیز و ممیطش گرم باشد. پرندگان پرواز می‌کنند، ماهی‌ها شنا می‌کنند و بچه‌ها بازی می‌کنند ...





اولین تلاقی نگاه‌ها، اولین لبخندها، بوی تن کودک، اولین آواهای او، لذت در آغوش گرفتنش، اولین قدم‌ها، یک «ماما» یا «بابا» گفتن با زبان کودکانه... همه اینها قسمتی از جنبه‌های مثبت و لذت‌بخش زندگی مشترک با کودک است که بیشتر وقت‌ها در زیر غباری از گرفتاری‌های روزمره از دیده پنهان می‌ماند.

در نخستین لحظات، ماه‌ها و سال‌های اول زندگی، هر لمس، حرکت و ارتباط عاطفی در زندگی یک کودک، در مغز او به شکل انفجاری از فعالیت‌های الکتریکی و شیمیایی و تولید سیناپس یا اتصالات مغزی در می‌آید، در این سنین میلیاردها سلول مغزی در حال سازمان‌دهی شبکه‌هایی با میلیاردها سیناپس است. انواع تجربه‌ها بر چگونگی تکامل مغز تأثیر می‌گذارند. در این بین، هیچ چیز مهم‌تر از مراقبت و لمس و تماس با کودک در سال‌های نخستین زندگی و تغذیه جسمی و روانی او نیست.

سریع‌ترین دوره تکامل مغز در طی سه سال ابتدای زندگی اتفاق می‌افتد و پایه‌ای برای عملکرد هوشی، هیجانی، عاطفی، فیزیکی و اجتماعی کودک می‌شود. تجارب کودک از دوران دو تا پنج سالگی نیز زیربنایی برای یادگیری‌های بعدی، تحصیلات رسمی و مهارت‌های اجتماعی آینده او خواهد شد.

از زمان نخستین تقسیم سلولی جنین، تکامل مغز حرکتی موزون میان ژن‌ها و محیط است. در حالی که ژن‌ها مراحل تکامل طبیعی را در مغز برنامه‌ریزی می‌کنند کیفیت این تکامل توسط عوامل محیطی تعیین می‌شود که هم بر مادر و هم بر کودک تأثیر می‌گذارند. چنین عواملی نظیر تغذیه مناسب، سلامت کافی، آب آشامیدنی سالم و محیطی امن و عاری از خشونت و استرس، سوءاستفاده و تبعیض، سهمی عمده در چگونگی رشد و تکامل مغز کودک دارند.

هر تماس، جنبش یا تحریک عاطفی به رخدادی الکتریکی و شیمیایی مبدل می‌شود که نیروی محرک ژنتیکی را پیش می‌برد و به شیوه‌ای ظریف، شکل‌گیری مغز کودک را اصلاح می‌کند.

در تکامل روابط و اتصالات میان سلول‌های مغزی (سیناپس‌ها)، ارتباط و تعامل کودک با محیط پیرامونش از طریق درآغوش گرفتن و لمس، مشاهده رنگها و نورها و شنیدن صداها و آواها، به اندازه غذایی برای خوردن، صدایی برای شنیدن و نوری برای دیدن مهم و تأثیرگذار است و شخصیت کودک را در آینده، سریع‌تر مستقل و توانمند می‌نماید.

بنابراین هرچه از بدو تولد، از توانایی‌های مغزی بیشتر استفاده شود، اتصالات و سیناپس‌ها (روابط میان سلول‌های مغز) کامل‌تر شده، بیشتر رشد خواهند کرد و در نتیجه تولید بیشتر این سیناپس‌ها، توان آموزشی کودک نیز افزایش چشمگیری خواهد یافت.



فصل اول : خصوصیات آموزشی بازی



بازی، آموزش با تفریح

بازی کودکان، پدیده‌ای است که در تمدن‌ها و فرهنگ‌های گوناگون و در همه دوران‌ها، اندیشه مردم و متخصصان را به خود معطوف ساخته است. این موضوع اثرات خود را در تاریخ هنر نیز به جای گذاشته است.

در کهن‌ترین تصاویر و نگاره‌های به دست آمده از تمدن‌های باستان، ابزارهایی مانند توپ، عروسک، حیوانات و ارايه کودکان دیده می‌شود. در برخی از این تصاویر، کودکان نیز حضور دارند. آن‌ها نقاب‌های و یا ده‌ای بر چهره‌ی خود زده‌اند و به بازی‌های نمایشی می‌پردازند. این تصاویر بیانگر آن است که در تمدن‌های کهن، بازی هم به عنوان یکی از ضرورت‌های زندگی کودکان به شمار می‌آمده و بزرگسالان با ساختن اسباب‌بازی‌های گوناگون کودکان را به بازی تشویق کرده‌اند.

امروزه نیز متخصصان به این نتیجه رسیده‌اند که بازی تفکر کودک است و کودک در هنگام بازی به آزمون، تمرین، تقلید، آمادگی و مرور ذهنی موقعیت‌های زندگی واقعی می‌پردازد. بازی، شایستگی و استقلال، عزت نفس و مهارت‌های دیگر را گسترش می‌دهد و عامل مهمی در پرورش عقلی کودک به شمار می‌رود.

مشاهدات مختلف گویای این امر است که شیرخواران از بدو تولد شروع به بازی می‌کنند و آن‌گاه با افزایش سن و کسب تجربه، نوع بازی خود را تغییر می‌دهند.

در اوایل تولد، بدن کودک مرکز بازی‌هاست. کودک با اعضای بدن خود به بازی می‌پردازد و در واقع بیش از آن‌که والدین به حرکات او به عنوان بازی نگاه کنند، او بازی خود را همراه با مجموعه‌ای از اکتشافات و تکرارها، تکان دادن اعضای حرکتی، مثل انگشتان و ...، درک حسی از محیط را از طریق صداها، بوها، رنگ‌ها و ... شروع می‌نماید و از تجربه آن‌ها لذت می‌برد.

