

کتابچه بازی های والد و کودک ۲

بازی های ارتقاء تکامل شناختی کودک



مؤلفین

سید محمد علی میری / مینا عمادی زاده

دبیر علمی

سینا توکلی

ناظرین علمی

دکتر کتایون رازجویان - شورای علمی انجمن

اتیسم ایران

دکتر مهدی علیزاده - شورای علمی انجمن اتیسم

ایران

دکتر ناریا ابوالقاسمی - اداره سلامت کودکان -

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

تصویرگر

ستاره ندیری

صفحه آرا و گرافیکست

فاطمه داراوند



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت کودکان



انجمن اتیسم ایران
IAA Iran Autism Association

به نام خالق یکتا



کتابچه بازی‌های والد و کودک ۲

مجموعه‌ای که در اختیار دارید در راستای افزایش دانش و مهارت شما والدین محترم در حوزه بازی با فرزندتان در نظر گرفته شده است. در کتاب‌ها و مقالات علمی از اهمیت بازی در بهبود رشد و یادگیری کودکان بحث شده و به احتمال زیاد شما با آن آشنا هستید و حتی ممکن است حضور در کلاس‌های بازی‌درمانی را تجربه کرده باشید. ما در نظر داریم با ارائه بازی‌های مفید و کاربردی در حوزه‌های مختلف رشدی (شناختی، حرکتی، گفتاری ارتباطی-اجتماعی و ...) به همراه دستورالعمل‌های آن بازی و نوع اثربخشی و شرایط اجرای آن بتوانیم به شما در جهت فرزند پروری مؤثر کمک کنیم

این جلد از این مجموعه به منظور آموزش بازی‌هایی در راستای کمک به بهبود مشکلات شناختی

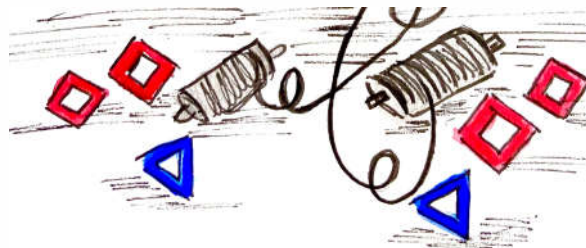
(توجه، حافظه، بازشناسی، طبقه‌بندی، حل مسئله و بازداری) کودکان تهیه گردیده است

در تعریفی ساده، مشکلات شناختی کودکان را می‌توان اینگونه بیان کرد که نوعی اختلال در مغز که فرد را در پردازش اطلاعات، تمرکز روی یک کار، به حافظه سپردن و بازشناسی اطلاعات و حل مسائل دچار ضعف‌هایی می‌کند.

چرا بازی‌های شناختی برای کودک طیف مفید است؟ مهارت‌های شناختی همچون توجه، طبقه‌بندی حافظه

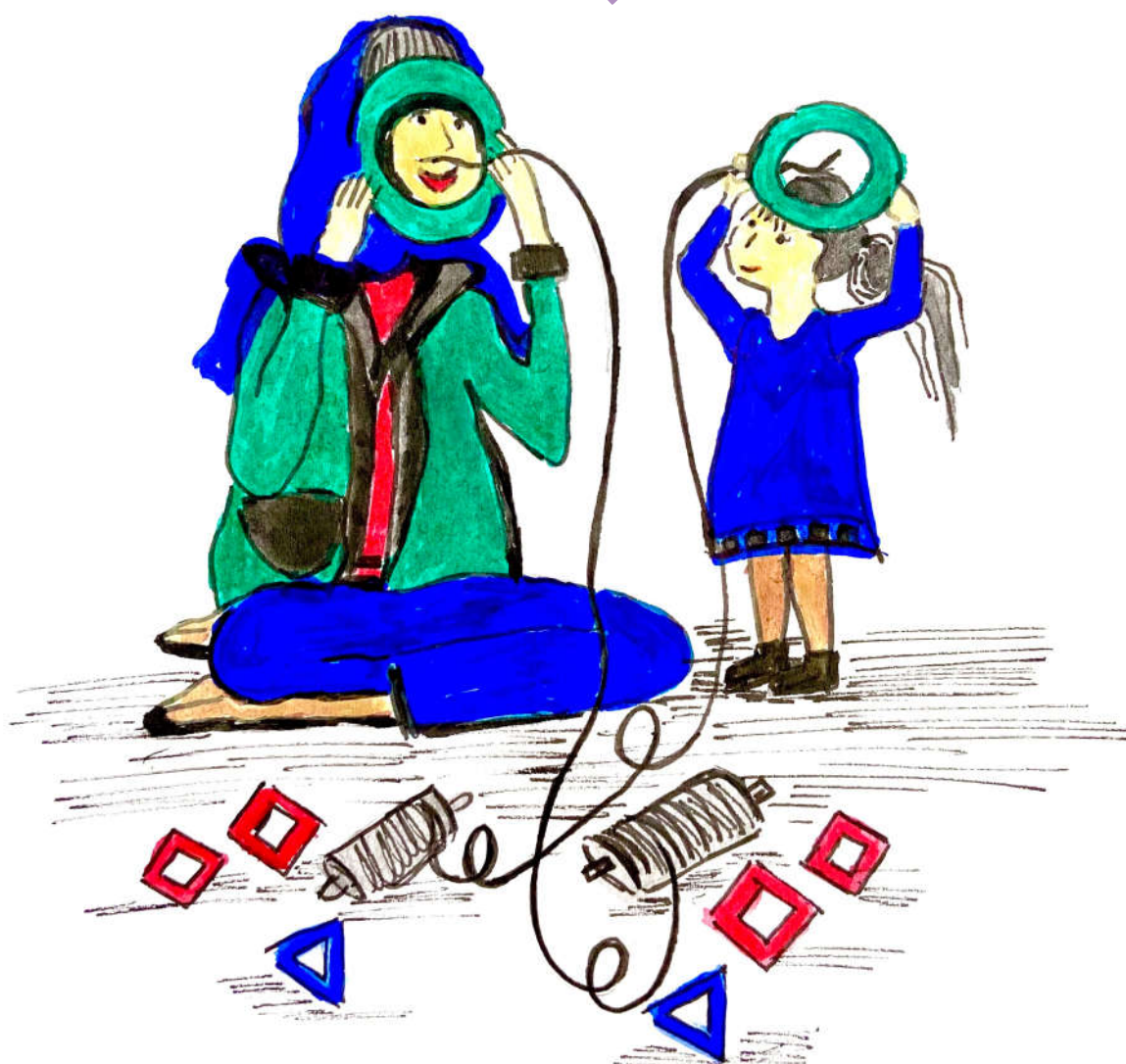
و... جز مهارت‌های پایه برای یادگیری مسائل آموزشی و داشتن یک زندگی مستقل در آینده است.

در قدم اول مجموعه‌ای از اصول و قوانین اولیه‌ای که برای هر بازی لازم است را ذکر می‌کنیم.



قانون اول

تلاش کنید در بازی به یک فضای مشترک با کودکان برسید، منظور از فضای مشترک داشتن توجه همزمان دو نفر بر روی یک کار است. در فضای مشترک شما و فرزندتان هر دو واکنش مشابهی را تجربه کرده و نسبت به حضور یکدیگر کاملاً آگاهانه عمل می کنید.

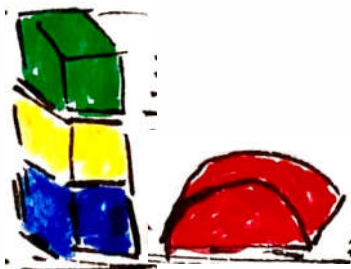




قانون دوم

سعی کنید عوامل محیطی که باعث پرت شدن حواس کودک می شود را محدود کنید، این عوامل می تواند صدای تلویزیون، اسباب بازی های متعدد و ... باشند. برخی کودکان وقتی که در محیط های پر از محرک قرار می گیرند دچار بهم ریختگی می شوند. پس بهتر است به منظور داشتن یک بازی مناسب، تلویزیون یا هر عامل صوتی دیگر را خاموش کنید، نور محیط را به اندازه تحمل فرزندتان تنظیم کنید، در اتاق یا فضایی قرار بگیرید که کمترین میزان محرک های بصری مثل تابلوهای نقاشی و عکس وجود دارد.





قانون سوم

بهتر است ۱۵ دقیقه قبل از شروع بازی به کودک بگویید و یا به صورت تصویری نشان دهید که قرار است چه بازی را با او انجام دهید و هر ۵ دقیقه به او یادآوری کنید. همچنین ۵ دقیقه قبل از پایان بازی نیز کودک را آگاه کنید تا به صورت یک دفعه با اتمام بازی مواجه نگردد. متناسب با سن و درک و نوع بازی می توان کودک را از این موضوع آگاه کرد به طور مثال ۵ بار دیگه بپری این بازی تموم میشه یا تا ۲۰ بشماریم بازی تمومه یا اگه عقربه بزرگه بیاد اینجا، بازی تموم میشه (همزمان روی ساعت یا تصویر نشان دهید).

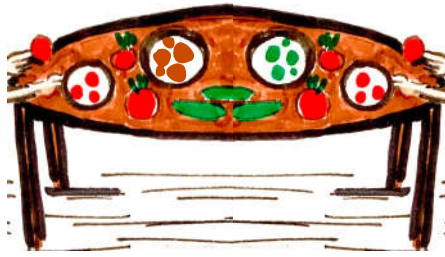




قانونم چهارم

کودکان به خوبی حس‌های شمارا دریافت می‌کنند، از آنجایی که بازی فعالیتی لذت‌بخش، پراز ذوق و شوق و نشاط برای کودکان است، شما هم تلاش کنید که تن و لحن صدا و حالت صورتتان نشان‌دهنده ذوق و اشتیاق شما برای انجام بازی باشد. به بیان دیگر در هنگام بازی، تلاش کنید که از طریق کودک درونتان با او بازی کنید و سعی نکنید که مدام به دنبال ایجاد چارچوب‌های بی‌اساس و خشک باشید.





قانون پنجم

یکی از مشکلات برخی کودکان، ناتوانی در برقراری تماس چشمی مستمر است. به منظور رسیدن به توجه مشترک که در قانون اول گفته شد حتماً هم سطح کودک باشید یعنی رو به روی کودک قرار بگیرید و سعی کنید اسباب بازی و وسیله مورد نظر برای بازی بین شما و کودک قرار بگیرد. این هم سطحی می تواند پشت یک میز، روی یک تخته تعادل، نشستن و یا حتی دراز کشیدن روی زمین باشد. به بیان دیگر کودک باید بتواند اجزای صورت و حالات شمارا ببیند.

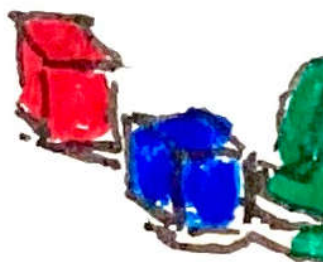




قانون ششم

به هر تعامل و اقدام درست کودک خود واکنش مثبت نشان دهید و او را تشویق کنید. این تشویق‌ها می‌تواند کلامی (آفرین، چقدر خوب این کار را انجام دادی و...) یا غیرکلامی به صورت دادن هدیه (خوراکی، ستاره، اسباب‌بازی مورد علاقه و...) یا نوازش کردن (در آغوش گرفتن، گرفتن دست‌های کودک، چشمک زدن و...) باشد.





قانون هفتم

برای اینکه مقاومت کودک در مقابل نه گفتن به بازی پیشنهادی شما شکسته شود به او دو گزینه انتخابی پیشنهاد دهید. این گزینه انتخابی می تواند دو بازی متفاوت یا دو نوع اسباب بازی باشد.



۱. لگو

اهداف:

کمک به درک مفهوم طبقه‌بندی

بهبود درک مفهوم توالی

یادگیری رنگ‌ها

هماهنگی بین چشم و دست

ابزار مورد نیاز:

لگو در سایز و رنگ‌های مختلف

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۲ سال می‌باشد. عموماً همه کودکان بازی با لگو را دوست دارند و انجام می‌دهند. اما نکته مهم در انجام این بازی، رعایت نوبت و درک توالی قرار گرفتن اشیاء است. در گام اول بهتر است با رعایت قوانین گفته شده، تلاش کنید وارد تلاش کنید بازی کودکان شوید تا بازی او ردیف کردن یا روی هم گذاشتن لگوها نباشد بلکه، با یکدیگر اشکال هدفمند مثل ماشین، خانه و... بسازید. همچنین می‌توانید نوع بازی را تغییر دهید و از او بخواهید که آن‌ها را بر اساس رنگ و یا اندازه در دسته‌های جداگانه‌ای بگذارد. بهتر است در حین طبقه‌بندی، رنگ هر قطعه را به کودک بگویید تا با آن‌ها آشنا شود. برای آموزش ساخت یک ماشین، دستورالعمل آن را از روی بروشورها یا کاغذهای راهنما نگاه کنید و تصویر آن را نیز به کودکان نشان دهید تا مراحل آن را ببینند. این نوع بازی‌ها به کودک کمک می‌کند تا به مرور زمان، سطح بازی‌اش ارتقا پیدا کند و به مهارت‌های شناختی بهتری برسد. به منظور رعایت نکات ایمنی از لگو با قطعه‌های بزرگ استفاده کنید که کودک موقع بازی آن‌ها را به دهان نبرد تا منجر به خفگی او گردد.





۲. نخ و مهره

اهداف:

بهبود مفهوم ترتیب و توالی

یادگیری اشکال هندسی

یادگیری رنگ‌ها

یادگیری اعداد

بهبود حافظه دیداری

افزایش توجه و تمرکز

ابزار مورد نیاز:

تهیه نخ و مهره از بازار

استفاده از بند کفش همراه با مهره‌های رنگی سوراخ‌دار در شکل‌های مختلف

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۳ سال می‌باشد. بازی نخ و مهره می‌تواند یکی از فعالیت‌های محبوب و مورد علاقه کودکان باشد، اما نکته مهم تبدیل کردن این بازی و فعالیت به یک موقعیت آموزشی است. فقط این نکته را به خاطر داشته باشید که اندازه مهره کوچک و ریز نباشد که کودک در دهانش ببرد و منجر به خفگی گردد، همچنین از نخ‌هایی با ضخامت مناسب استفاده کنید تا منجر به بریدگی دست کودک نگردد. ابتدا نخ یا بند کفش را گره محکم و بزرگی بزنید، سپس الگویی برای انداختن مهره‌ها داخل نخ ایجاد کنید. الگوهایی که برای کودک ایجاد می‌کنید می‌تواند ساده تا پیچیده باشد. اگر سطح درک و شناخت کودک پایین است و برای اولین بار بازی را انجام می‌دهد، ابتدا با دو مهره شروع کنید، بعد تعداد مهره‌ها و رنگ‌ها را افزایش دهید.

در مراحل ابتدایی پیشنهاد می‌شود از کودک بخواهید صرفاً مهره‌های هم‌رنگ را داخل نخ بیندازد، به‌طور مثال فقط مهره‌های رنگ آبی یا سبز. بازی را سخت‌تر کنید و برای او الگویی از رنگ‌های مختلف ایجاد کنید به‌طور مثال مهره آبی (یک عدد)، مهره قرمز (۲ عدد)، مهره سبز (۱ عدد) و از کودک بخواهید مطابق با الگویی که برای او درست کرده‌اید مهره‌ها را داخل نخ بیندازد. پیشنهاد می‌شود این بازی را با یکدیگر انجام دهید و هم‌زمان دوتا نخ یا بند کفش آماده کنید یکی برای خودتان و دیگری برای فرزندتان. توجه داشته‌باشید اگر هدف یادگیری رنگ‌ها می‌باشد بعد از انداختن هر مهره رنگ آن را بگویید. اگر هدف، آموزش اعداد می‌باشد، بعد از هر بار انداختن و یا دادن مهره به کودک، عدد مربوط به آن را بگویید. برای افزایش دقت و توجه کودک به شما، همه مهره‌ها را در دسترس او قرار ندهید. بلکه هر مهره را در دست و کنار صورت خود نگه دارید، تا کودک به‌صورت شما نیز نگاه کند. در همین حین رنگ آن را به آرامی بگویید تا به‌طور هم‌زمان کودک با رنگ آن آشنا شود. همچنین برای ایجاد جذابیت بیشتر و جلب توجه کودک می‌توانید به مهره کنار صورت خود با انگشت یا چشم اشاره کنید یا آن را تکان دهید.

۳. یکی دست، دو تا پا!

اهداف:

بهبود مفهوم ترتیب و توالی

بهبود حافظه شنیداری

افزایش توجه و تمرکز

ابزار مورد نیاز:

نیاز به وسیله خاصی نیست

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۴ سال می باشد. برخی کودکان به دنبال تحریکات شنیداری هستند و معمولاً از خود، صداها و آواهایی را تولید می کنند. از کودک بخواهید و یا به او کمک کنید که با استفاده از اعضای بدنش و زدن روی آنها صداهایی را تولید کند. بدین صورت که الگوی خاصی برای تولید صدا به کودک بدهید به عنوان مثال:

۱. دو بار دست بزن، بعد یک بار بزن روی پا (دست، دست، پا)

۲. دو بار دست بزن، دو بار بزن روی پا (دست، دست، پا، پا)

۳. یک بار بزن روی سینه، یک بار دست بزن، بعد یک بار بزن روی پا (سینه، دست، پا)

این تمرین ها را می توانید در انواع و حالت های مختلف انجام دهید. با توجه به سطح کودکان از مراحل ابتدایی و ساده شروع کنید و به مرور بازی را پیچیده کنید. همچنین در مراحل ابتدایی در صورت نیاز به کودک کمک کنید. با گذشت زمان و کسب مهارت می توانید بازی را به این صورت اجرا کنید که اول شما انجام دهید و از کودک بخواهید به شما نگاه کند و سپس خودش انجام دهد. توجه داشته باشید بعد از هر بار انجام دادن با شور و هیجان او را تشویق کنید و به او نشان دهید که کارش را به خوبی انجام داده است.



۴. شکل های آبکی

اهداف:

افزایش توجه و تمرکز
یادگیری اشکال هندسی
بهبود بازداری رفتاری
بهبود حافظه دیداری

ابزار مورد نیاز:

بطری آب بزرگ یا کوچک (۲ عدد)
آب

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۵ سال می باشد. کودکان بازی کردن با آب را خیلی دوست دارند و تلاش می کنند که آب بازی کنند. این بازی را باید در فضای باز انجام دهید. ابتدا یک بطری خالی بردارید و سر آن را سوراخ کوچکی کنید. سپس بطری را پر از آب کنید و درب آن را محکم ببندید. اکنون از کودک بخواهید تا بطری را فشار دهد تا آب با فشار خارج شود. برای جذب کودک به بازی ابتدا چند بار آب را در فضا بپاشید و با خنده و هیجان زیاد واکنش نشان دهید. اکنون بطری دیگری که به همین طریق درست کرده اید را به او بدهید، با توجه به توان جسمانی کودک برای او از بطری هایی کوچک استفاده کنید. اول اجازه دهید کودک چند بار آب را با فشار به بیرون بریزد یا در هوا بپاشد و بعد از او بخواهید که مانند شما روی زمین شروع به کشیدن اشکال هندسی (دایره، مربع، سه گوش و ...) کند. به مرور که کودک به مهارت رسید می توانید از او بخواهید سایر اشکال یا حتی شکل وسایل مورد علاقه خود را روی زمین با آب نقاشی کند. همچنین برای ایجاد جذابیت می توانید آب درون بطری را رنگی کنید.



۵. پازل بازی

اهداف:

بهبود بازشناسی

بهبود حافظه دیداری

حل مسئله

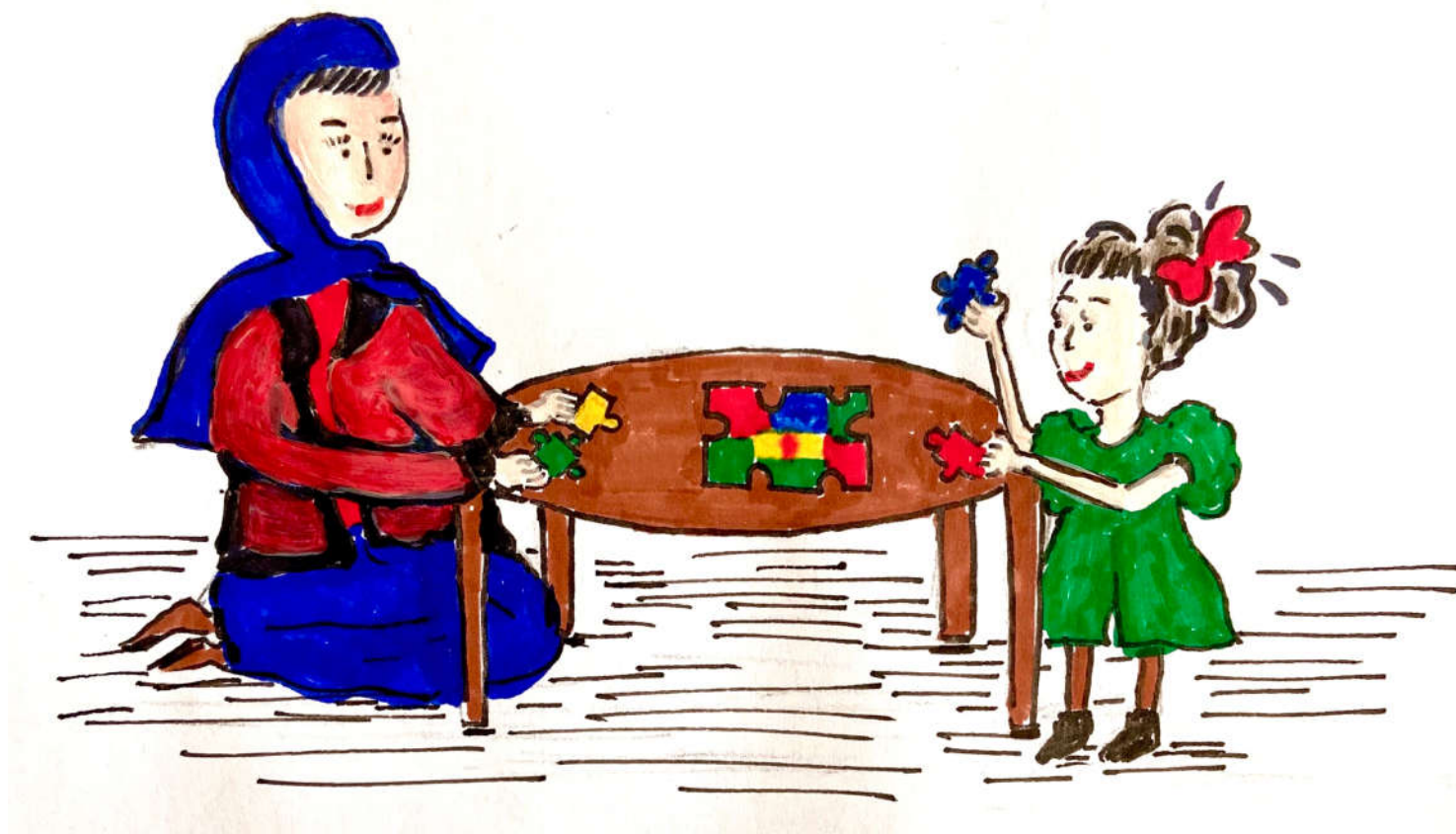
ابزار مورد نیاز:

پازل های موجود در بازار

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۴ سال می باشد. پازل از جمله بازی های قدیمی و مورد علاقه همه کودکان است. توجه داشته باشید که از پازل های با قطعات بزرگ استفاده کنید تا کودک نتواند آن ها را به دهان ببرد و منجر به خفگی او گردد. بر اساس سطح کودکان می توانید از پازل های دوتکه و یا چندتکه استفاده کنید.

برای مراحل اولیه بازی، تکه های پازل را روی میز و جلوی کودک رها نکنید، بلکه قطعه قطعه به او بدهید، که شما هم مشارکت داشته باشید، همچنین تصویر پازل را کنار کودک قرار دهید که بداند هر تکه مربوط به کدام بخش است. کم کم تعداد قطعه ها را بیشتر کنید و تصویر را از جلوی چشم او دور کنید، که مدام به آن نگاه نکند و بتواند از حافظه خودش استفاده کند.



۶. گل‌های تشنه

اهداف:

افزایش توجه و تمرکز

بهبود حافظه

کمک به درک مفهوم طبقه‌بندی

هماهنگی بین چشم و دست

بهبود مهارت بازداری

ابزار مورد نیاز:

یک لیوان پلاستیکی کوچک

یک پارچ آب

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۴ سال می‌باشد. برخی کودکان از کارهای تکراری و روزمره خسته نمی‌شوند و بارها نشان داده‌شده است که این کودکان مشارکت در کارهای روزمره زندگی مثل آب دادن به گل‌ها و آشپزی کردن را دوست دارند. پس بهتر است این کارها را در منزل تبدیل به بازی کنید تا بتوانید به کودک خود در جهت رشد این مهارت‌ها کمک کنید. موقع آب دادن به گل‌ها، فرزندان را صدا کنید و یک لیوان به او بدهید. از او بخواهید که وقتی لیوان آب پر شد آن را روی خاک گلدان بریزد. متناسب با هر گل و گلدان به کودکان بگویید که برای هر کدام چه مقدار از آب لیوان را بریزد. برای ایجاد شور و هیجان برای انجام کار، آهنگ مورد علاقه کودکان را پخش کنید و از او بخواهید که او نیز برای گل‌ها شعر بخواند. در صورتیکه کودکان مشکل حسی ندارد، بعد از آب دادن به گل‌ها می‌توانید از او بخواهید برگ‌های آن را لمس کند. این کار را به صورت نوبتی با یکدیگر انجام دهید.

اگر برای اولین بار می‌خواهید این بازی را انجام دهید، بهتر است هنگام ریختن لیوان آب در گلدان به او کمک کنید یا لیوان را کمتر آب کنید. به منظور آموزش اعداد به کودک می‌توانید مقدار آب لازم برای هر گلدان را بالای آن به وسیله خط یا گلبرگ بکشید تا مفهوم اعداد را نیز یاد بگیرد (یک خط یا گلبرگ نشان‌دهنده یک لیوان آب می‌باشد). هر چه شور و هیجان شما برای انجام این کار بیشتر باشد، کودک شما بیشتر ترغیب می‌شود که این بازی را انجام دهد.



۷. غذاهای منتظر

اهداف:

درک مفهوم توالی

بهبود حافظه

افزایش توجه و تمرکز

بازداری رفتار

ابزار مورد نیاز:

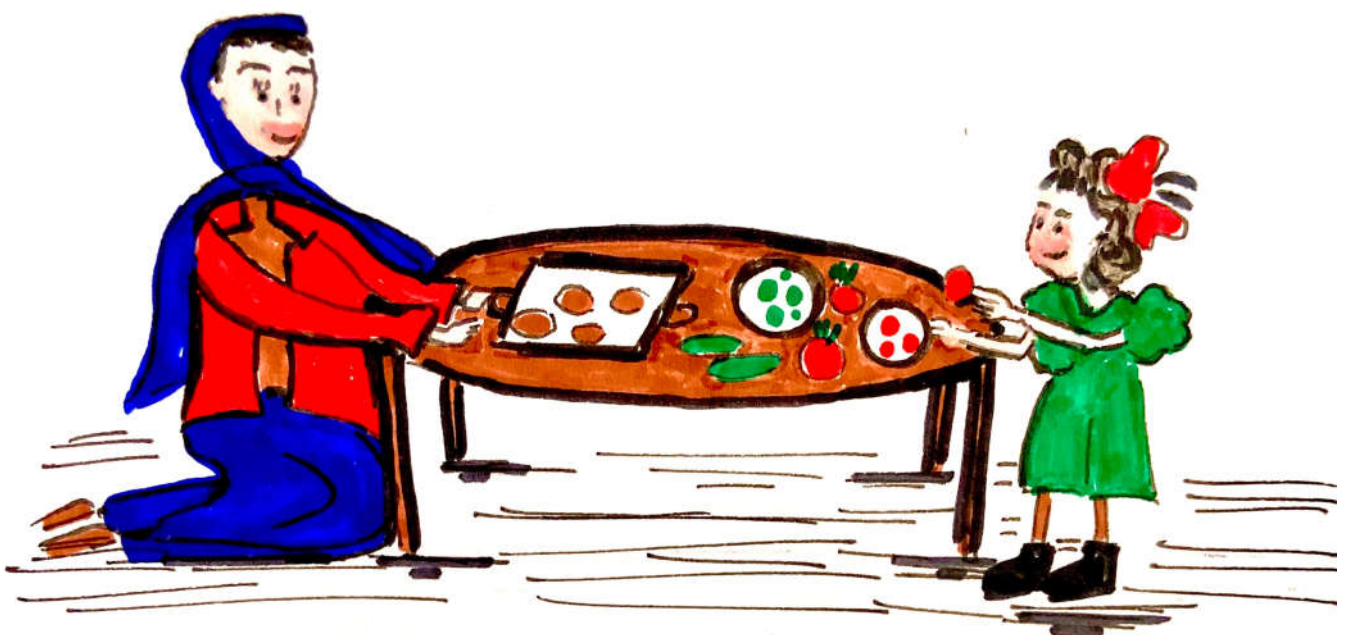
بشقاب

غذای آماده شده

خیار / گوجه / سس و ...

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۵ سال می باشد. برخی کودکان علاقه زیادی به آشپزی دارند و دوست دارند که در فعالیت های مربوط به آن مشارکت داشته باشند. این کارها و مهارت را می توانید در قالب بازی با کودکان انجام دهید. درواقع آن را تبدیل به یک فعالیت لذت بخش و خوشایند کنید. برای انجام این بازی از مرحله آخر آشپزی کردن که مربوط به تزئین و سرو غذا می باشد شروع کنید و به مرور زمان به سمت مراحل پخت غذا پیش بروید. به این صورت که موقع کشیدن غذا از او بخواهید تا با خیارها یا گوجه ها و یا سس و ... به کنار شما بیاید و شکل موردنظر خود را کنار بشقاب غذایش درست کند. حتماً توجه داشته باشید که برخی کودکان علاقه غذایی محدود دارند و ممکن است به یک خوراکی علاقه خاصی داشته باشند. به منظور درگیر کردن کودک حتماً به علایق غذایی او توجه کنید. برداشتن هر کدام از تکه ها (خیار، گوجه و...)، چیدن بانظم خاص، تزئین آنها به صورت شکل دلخواه کودک، می تواند به او کمک کند تا مهارت های جدیدی را یاد بگیرد. به عنوان مثال، چیدن کتلت همراه با گوجه ها را تبدیل به یک بازی کنید. به این صورت که اول دوتا کتلت بزار بعد دو حلقه گوجه بزار و سپس دو حلقه خیار. در همین حین می توانید رنگ ها و مفهوم اعداد را به کودکان یاد دهید. به این نکته توجه کنید که این فعالیت را تبدیل به یک بازی پر از شور و هیجان کنید تا کودک بیشتر با شما مشارکت کند.



۸. چراغ راهنمایی

اهداف:

بهبود بازداری رفتاری

افزایش توجه و تمرکز

بهبود بازشناسی

ابزار مورد نیاز:

دایره‌های کاغذی بزرگ در دو رنگ قرمز و سبز (از هر کدام ۹ عدد)

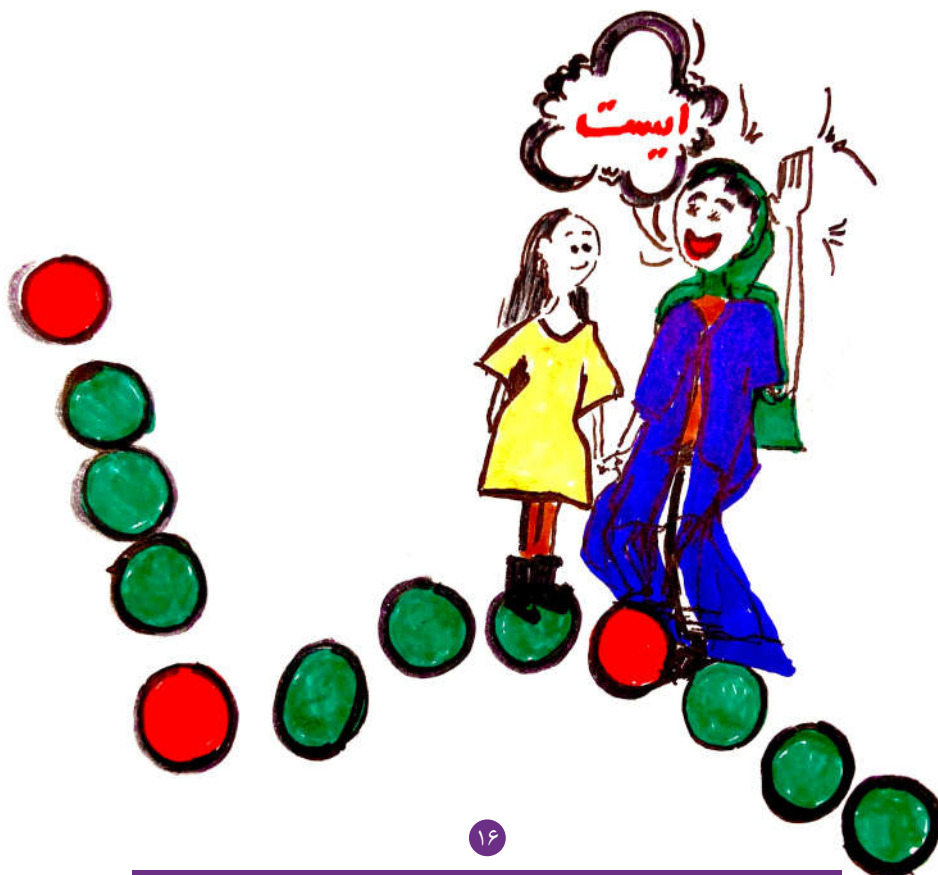
دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۵ سال می‌باشد. کاغذهای رنگی را به ترتیب زیر روی زمین به سمت جلو بچینید یا بچسبانید که با قدم گذاشتن کودک روی آن‌ها برداشته یا کنده نشود.

۳ تا سبز، ۱ قرمز، ۳ تا سبز، ۱ قرمز، ۳ تا سبز، ۱ قرمز

از کودک بخواهید روی این کاغذها حرکت کند، برای افزایش جذابیت به او بگوید که سوار ماشین بابایی شده‌ایم. پیش از حرکت روی کاغذها به او بگویید، روی دایره‌های سبز می‌تواند راه برود و وقتی به قرمز می‌رسد، بایستد. برای کمک و انجام بهتر بازی و اینکه او در اجرای دستورها شکست نخورد، حتماً کنار او حرکت کنید، و به قرمز که رسیدید بگویید: ایییییییست!!!! و حالت ترمز گرفتن با او داشته باشید. سپس حرکت را مجدد بر روی دایره‌های سبز ادامه دهید. ترتیب بالا را می‌توانید بعد از چند بار بازی کردن برای تنوع و یادگیری بهتر عوض کنید.

در مراحل دیگر بازی، از دایره سبز به عنوان نماد حرکت و از دایره قرمز به عنوان نماد ایست استفاده کنید. در این مرحله یک فضای ذهنی برای حرکت کودک در نظر بگیرید و به او بگویید دور تادور پذیرایی یا اتاق حرکت کن. حالا با نشان دادن دایره سبز و قرمز حرکت کودک را کنترل کنید و به او بگویید هر زمان دایره سبز را دید حرکت کند و هر زمان دایره قرمز را دید، بایستد.



۹. اول کی بره

اهداف:

بهبود درک توالی و ترتیب

بهبود حافظه

افزایش توجه و تمرکز

بهبود بازداری رفتاری

آموزش مفاهیم بزرگ / کوچک و رنگ‌ها

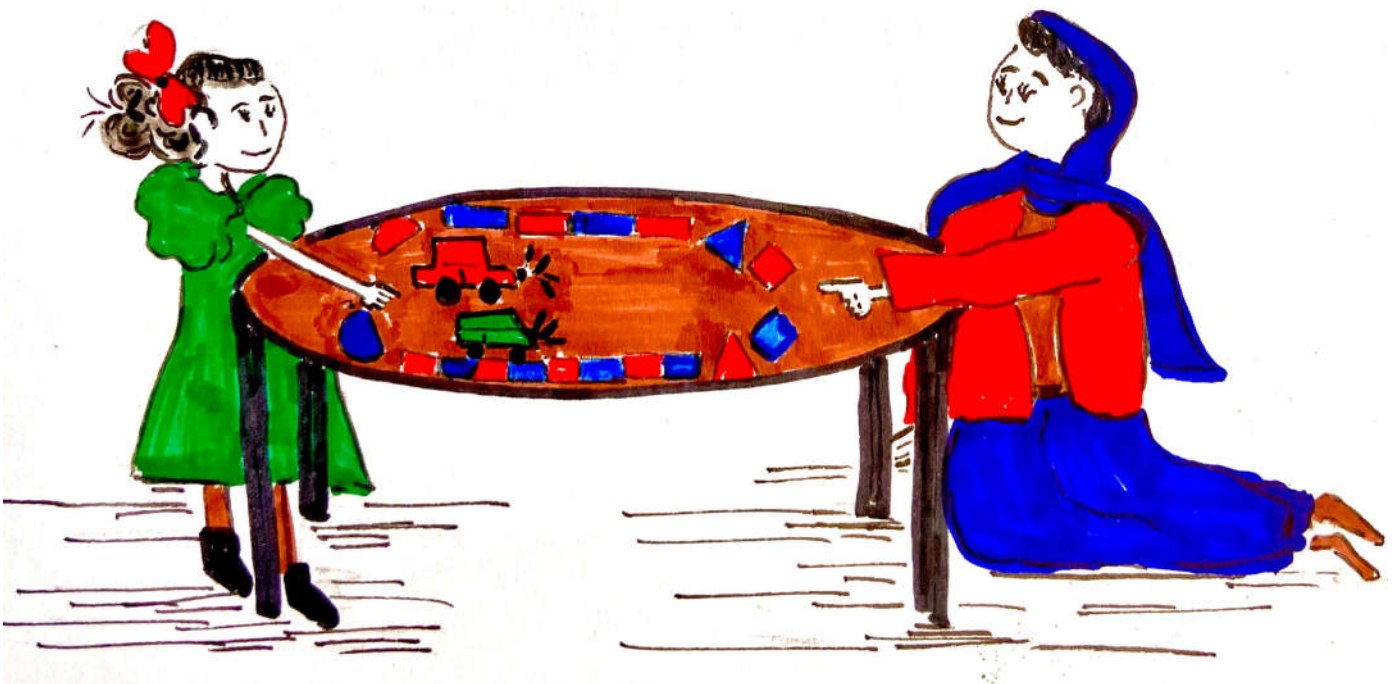
ابزار مورد نیاز:

لگو

حيوانات و يا ماشين اسباب‌بازی

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۵ سال می‌باشد. به منظور آموزش و درک درست از مفاهیمی همچون اول و دوم، اول و آخر با استفاده از لگو همراه با فرزندان جاده و یا خیابان بسازید. سپس با توجه به علاقه کودکان که حیوانات را بیشتر دوست دارد یا ماشین، یکی از این دو اسباب‌بازی را انتخاب کنید. برخی کودکان دوست دارند یا وسایل را ردیف کنند یا اینکه به صورت تکراری آن‌ها را تکان یا حرکت دهند. پس این بازی می‌تواند برای آن‌ها در یادگیری مفاهیم جدید کمک کننده باشد. جاده‌ای که برای او درست کرده‌اید را به صورت تقاطع در بیاورید. در هر طرف ۱ ماشین قرار دهید، به حالتی که همه آن‌ها می‌خواهند به سمت مخالف بروند، این مهم است که کودک یاد بگیرد، اول کدام ماشین یا حیوان رد شود و به ترتیب. هر بار که کودک توانست بر اساس الگو شما درست انجام دهد او را تشویق کنید، بهتر است از طرف حیوانات و یا ماشین‌ها این تشویق را انجام دهید که فرزندان توانسته به آن‌ها کمک کند که راحت‌تر از خیابان یا جاده عبور کنند. برای مراحل اولیه از دو ماشین یا حیوان استفاده کنید و کم کم به تعداد آن‌ها اضافه کنید.





۱۰. قیچی قیچی کن

اهداف:

افزایش توجه و تمرکز
بهبود حافظه دیداری
بهبود بازداری رفتاری
یادگیری اشکال هندسی
یادگیری رنگ‌ها

ابزار مورد نیاز:

کاغذ باطله
تصاویر مورد علاقه کودک
قیچی مخصوص کودکان

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۶ سال می‌باشد. بعضی کودکان به منظور تحریک حس شنیداری و علاقه به ریز کردن یا مچاله کردن کاغذ، از انجام این فعالیت لذت می‌برند. بنابراین بهتر است این موقعیت را تبدیل به یک فعالیت آموزشی کنید. به منظور حفظ نکات ایمنی حتماً از قیچی‌های مخصوص کودکان استفاده کنید و به هیچ وجه کودک را با قیچی تنها نگذارید. همچنین در صورتیکه کودک شما، رفتارهای خود آسیب‌زننده و دیگر آسیب‌رسان دارد از قیچی استفاده نکنید.

برای انجام بازی ابتدا بر روی کاغذ اشکال هندسی مختلف را در اندازه‌ی بزرگ بکشید که کودک در ابتدای بازی و مراحل اولیه به راحتی بتواند هر شکل را در بیاورد. در مراحل بعدی، هنگامی که کودک به مهارت رسید و پیشرفت کرد این اشکال را در اندازه کوچک‌تر بکشید. همچنین می‌توانید با کمک یکدیگر ابتدا هر شکل را رنگ کنید و سپس از کودک بخواهید آن را برش بزند.

در مراحل اولیه با توجه به توانمندی کودکان، می‌توانید به او با گرفتن دستانش کمک کنید. برای افزایش جذابیت می‌توانید از کلیشه‌ها و علاقه‌مندی‌های خود کودک استفاده کنید، به این صورت که اشکال مورد علاقه‌اش را در یک مجله پیدا کنید و از او بخواهید که آن عکس را جدا کند و پیش خود نگه دارد یا در یک دفتر بچسباند. توجه داشته باشید که در حین انجام این کار او را تشویق کنید و دقیقاً به او بگویید که در حال انجام چه کاری است و چه شکلی را بیرون می‌آورد به‌طور مثال تو داری دایره را در میاری، آفرییییین!

۱۱. ماشین کجا قایم شده

اهداف:

بهبود حافظه دیداری

افزایش توجه و تمرکز

بهبود مفهوم ترتیب و توالی

ابزار مورد نیاز:

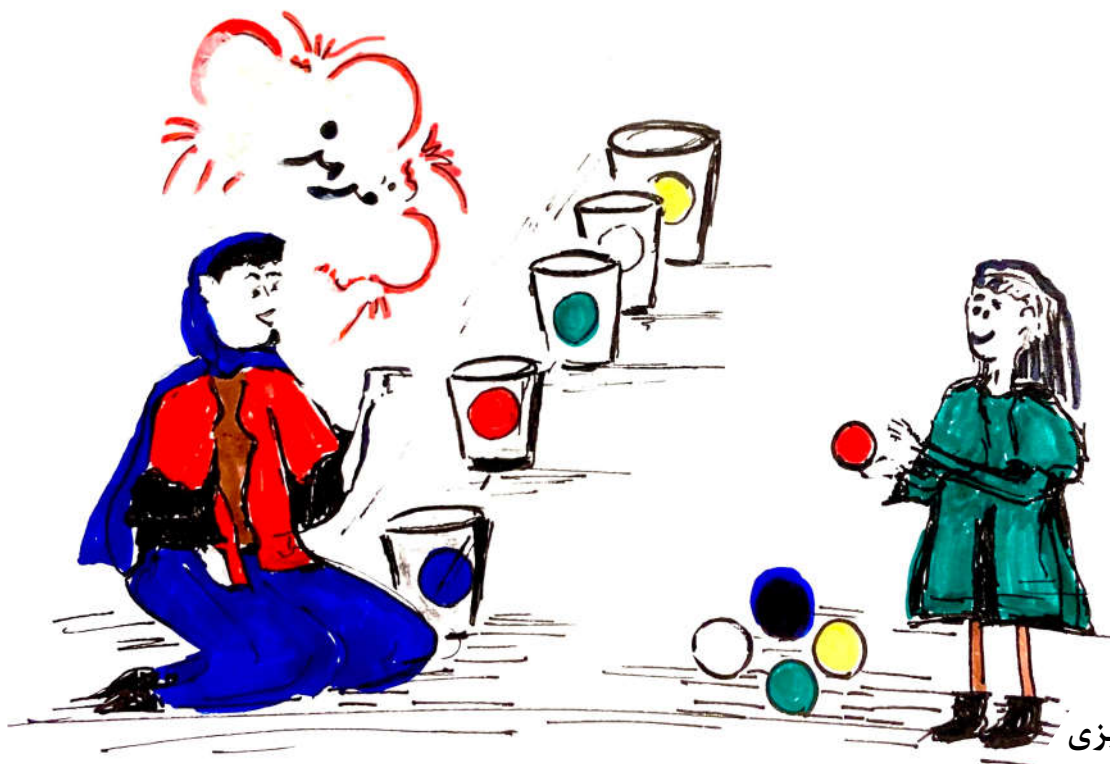
لیوان کاغذی یک بار مصرف (۵ عدد)

شیء مورد علاقه کودک یا عکس آن (ماشین و...)

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۶ سال می باشد. برای انجام این بازی روبه روی هم بشینید، سعی کنید در حالتی باشید که ترجیحاً یک میز (میز ناهارخوری، میز جلوی مبل، میز کار کودک و...) بین شما و کودک باشد و وسایل اضافی روی میز را جمع کنید. سپس ببینید وسیله مورد علاقه کودک شما چیست؟ تصویر آن را به کودک نشان دهید و با ذوق رنگ شیء یا ویژگی مورد علاقه کودک را بگویید، سپس تصویر یا شیء را زیر یکی از لیوان ها قرار دهید، به صورتی که عکس یا شیء معلوم نباشد. در مراحل ابتدایی برای تمرکز بهتر و افزایش امکان برنده شدن کودک از ۲ لیوان استفاده کنید. لیوان ها را به آرامی، در حالت های مختلف در کنار هم جابه جا کنید به صورتی که جای لیوان ها عوض شود، سپس از کودک بخواهید حدس بزند ماشین یا عکس آن زیر کدام لیوان است. در صورتی که کودک درست جواب داد، سریعاً او را تشویق کنید. مرحله به مرحله بازی را سخت تر کنید، این کار را می توانید با افزایش تعداد لیوان ها انجام دهید. همچنین می توانید تعداد تصاویر زیر لیوان را نیز زیاد کنید و بجای یک تصویر از دو تصویر استفاده کنید. آنگاه از کودک بخواهید که بگوید هر کدام از تصویرها، زیر کدامیک از لیوان ها قرار دارد و لیوان مربوط به هر شکل را به شما نشان دهد. توجه داشته باشید که بازی را متناسب با سطح فرزندتان انجام دهید چرا که اگر بازی خیلی سخت باشد، کودک تمایلی به ادامه بازی ها نخواهد داشت و اگر خیلی آسان باشد برای او جذاییتی ندارد.





۱۲. رنگ‌های متضاد

اهداف:

بهبود حافظه دیداری

تقویت حافظه شنیداری

بهبود بازشناسی رنگ‌ها

کمک به درک طبقه‌بندی

ابزار مورد نیاز:

مقوا / کاغذ سفید یا رنگی

ماژیک یا مداد برای رنگ آمیزی

سطل‌های کوچک (۵ عدد)

توپ‌های رنگی کوچک (سفید، قرمز، آبی، زرد، سبز) از هر رنگ ۲ عدد

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۶ سال می‌باشد. قبل از شروع بازی، ابتدا مقوا یا کاغذهای رنگی را دور سطل‌های کوچک بچسبانید و به هر سطل رنگ جداگانه‌ای بزنید (سفید، قرمز، آبی، زرد و سبز). همچنین ۵ دایره بزرگ (بزرگتر از توپ‌هایی که دارید) روی مقوا بکشید و آن‌ها را رنگ جداگانه‌ای بزنید (سفید، قرمز، آبی، زرد و سبز). در صورت استفاده از کاغذ سفید ابتدا آن‌ها را به وسیله مداد رنگی یا ماژیک رنگ کنید. اگر فرزندان همراهی می‌کند تمام این فعالیت‌ها را با همکاری یکدیگر انجام دهید. دایره‌های رنگ‌شده را در فضایی مناسب به دیوار بچسبانید. متناسب با همکاری فرزندان از مراحل و بازی‌های ساده شروع کنید و کم‌کم آن را پیشرفته کنید.

در گام اول از کودک بخواهید که هر توپ را داخل سطل هم‌رنگ خودش بیندازد به عنوان مثال توپ آبی داخل سطل آبی. در مرحله بعد ابتدا توپ را به دایره هم‌رنگ خودش روی دیوار بزند و بعد داخل سطل هم‌رنگش پرتاب کند، به این صورت که اول توپ آبی را به کاغذ آبی بزند، سپس توپ را بگیرد و درون سطل رنگ آبی بیندازد. هدف در انجام این فعالیت درک رنگ آبی و تشخیص و تمیز رنگ‌ها می‌باشد؛ بنابراین بهتر است برای پرتاب کردن به کودک کمک کنید. به مرور می‌توانید همه توپ‌ها را به او بدهید و از او بخواهید هر توپ را ابتدا به دایره هم‌رنگ خودش و سپس درون سطل هم‌رنگ خودش پرتاب کند. می‌توانید بازی را سخت‌تر کنید از کودکان بخواهید که توپ‌ها را داخل سطلی که شما می‌گویید پرتاب کند. مثلاً توپ سفید را فقط به داخل سطل زرد بیندازد و توپ زرد را درون سطل سفید و همینطور با رنگ‌های متفاوت.

همچنین به منظور تقویت حافظه شنیداری کودک، به او بگویید که توپ‌ها را به ترتیب رنگی که شما می‌گویید پرتاب کند. به طور مثال به ترتیب توپ آبی، زرد، قرمز. در گام‌های بعدی می‌توانید بازی را پیچیده‌تر کنید به این صورت که توپ آبی داخل سطل زرد، توپ قرمز داخل سطل آبی.

۱۳. کی بره کجا

اهداف:

بهبود حافظه دیداری
افزایش توجه و تمرکز
درک مفهوم طبقه‌بندی

ابزار مورد نیاز:

لیوان پلاستیکی و یا کاغذی یک بار مصرف ۱۰ عدد

عکس حیوانات، وسایل حمل و نقل، آلات موسیقی و ...

جعبه یا کارتنی که به ۵ بخش با کاغذ یا مقوایی تقسیم شده است.

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می باشد. برخی کودکان دارای اتیسم عموماً ردیف کردن را دوست دارند، از این کار لذت می برند، و می توانید آن را تبدیل به بازی آموزشی کنید. در مرحله اول جعبه یا کارتن را به دو بخش تقسیم کنید و هر بخش کارتون را با استفاده از برچسب یا نقاشی کشیدن معلوم کنید. به این صورت که یک بخش آن پارکینگ ماشین هاست و تصاویری از وسایل حمل و نقل را بچسبانید و بخش دیگر باغ وحش است و آن را با تصاویری از حیوانات کامل کنید. سپس تصاویر حیوانات و وسایل حمل و نقل (اتوبوس، ماشین، دوچرخه، موتور و...) که فرزندان می شناسد را پیدا کنید و آنها را پشت هر لیوان بچسبانید، حال آن ها را به او نشان دهید و اسامی آن ها را بگویید، همچنین توضیح دهید که لیوان ها را به صورت برعکس می گذارید و وقتی اسم یک شی یا حیوان را گفتید، او باید محل آن لیوان را به خاطر بیاورد، آن را برگرداند و صدای آن را با شما تقلید کند و در بخش مربوط در جعبه بگذارد. این بازی را ابتدا با تعداد لیوان های محدود مثلاً ۲ یا ۳ لیوان و اول با یک دسته مثلاً فقط حیوانات انجام دهید. بعد تعداد لیوان ها و دسته بندی ها را افزایش دهید. بعد از هر بار تلاش درست کودک، با هیجان و ذوق او را تشویق کنید.



۱۴. توی سینی چی مونده؟

اهداف:

بهبود حافظه

افزایش توجه و تمرکز

ابزار مورد نیاز:

یک عدد سینی

پارچه یا دستمالی که روی سینی را بپوشاند

وسایل مورد علاقه کودک

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می باشد. یک عدد سینی بردارید و به کودک آن را نشان دهید. همچنین دو وسیله مورد علاقه کودکتان را انتخاب کنید. آن ها را به او نشان دهید و اسمشان را نیز بگویید. به فرزندتان توضیح دهید که این دو تا اسباب بازی را زیر پارچه قرار می دهیم و هر وقت من یکی از آن ها را از سینی بیرون آوردم تو باید بگویی که کدام وسیله همچنان زیر پارچه مانده است و تو آن را نمی بینی. این بازی را چند بار انجام دهید. بازی را سخت تر کنید و تعداد وسیله ها را افزایش دهید. سعی کنید وسایلی را انتخاب کنید که کودکتان نسبت به آنها شناخت دارد. این بازی را می توانید در گام های اولیه با باقی ماندن یک شیء در زیر پارچه شروع کنید و سپس تعداد اشیاء باقی مانده زیر پارچه که کودک باید نام آن ها را بگوید افزایش دهید. تلاش کنید این بازی را با شور و هیجان انجام دهید و هر بار که شما وسیله ای را خارج می کنید و کودک نام اشیاء باقی مانده را درست می گوید، او را تشویق کنید یا شعر بخوانید که کودک جذب بازی شما گردد و برای دادن پاسخ درست تلاش کند.





۱۵. صدا، صدای چی؟!

اهداف:

بهبود حافظه شنیداری

بهبود تمیز شنیداری

افزایش توجه و تمرکز

ابزار مورد نیاز:

گوشی تلفن یا دستگاه پخش کننده صدا

کارت تصاویر حیوانات، وسایل نقلیه

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای انجام این بازی ۷ سال می باشد. همچنین مناسب کودکانی است که می توانند توجه خوبی داشته باشند. به این صورت که اول برای آشنایی کودک، صدای یک حیوان (مثلاً سگ) را پخش کنید و تصویر آن را همزمان به او نشان دهید و اسم حیوان را بگویید. بعد این را با کارت دیگر و صدای حیوان دیگر تمرین کنید. بهتر است اول با دو حیوان شروع کنید، صدای یک حیوان را پخش کنید و سپس از او بخواهید که کارت تصویری مربوط به آن حیوان را به شما نشان بدهد. بعد از هر بار پاسخ درست او را تشویق کنید. به این نکته توجه کنید که هدف ما از این بازی فقط بهبود حافظه، تمایز قائل شدن و توجه کردن است تا گفتن اسم درست اشیاء و ... اگرچه در فرآیند بازی، این یادگیری اتفاق خواهد افتاد. بعد از چند بار تمرین حالا نوبت اجرای بازی است که می توانید تعداد کارت ها و صداها را افزایش دهید و صداها و کارت های مربوط به (ماشین، اتوبوس، موتور و قطار و ...) را کم کم اضافه کنید.



۱۶. کیسه‌ی جادویی

اهداف:

بهبود حافظه

افزایش بازشناسی

افزایش توجه و تمرکز

ابزار مورد نیاز:

کیسه پارچه‌ای

حبوبات (نخود، لوبیا، عدس، لپه و...) از هر کدام ۵ عدد

دانه‌های تسبیح (۵ عدد)

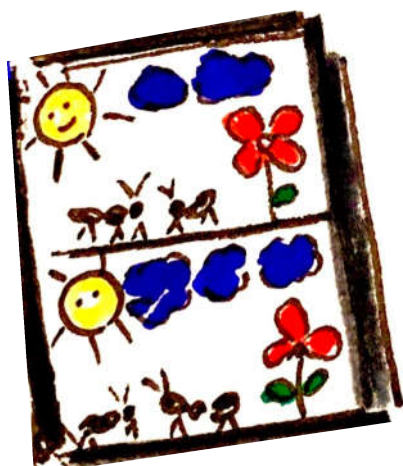
سنگ‌های رنگی (۵ عدد)

اسمارتیز خوراکی (۵ عدد)

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۷ سال می‌باشد. کیسه پارچه‌ای کوچک انتخاب کنید. داخل آن را با حبوبات مختلف (نخود، لوبیا، عدس، لپه و ...)، دانه‌های تسبیح، سنگ‌های رنگی، اسمارتیزهای خوراکی و... پر کنید. ابتدا همه را به کودک نشان دهید، اجازه بدهید لمس کند و آن‌ها را در دستش بگیرد و خوب نگاه کند و اسم آن‌ها را برایش بازگو کنید. سپس همه را درون کیسه بریزید و هم بزنید. با هیجان و آهنگ جذاب به کودک بگویید: ((خب!! یک کیسه جادویی داریم اینجا، می‌خوایم ببینیم فرشته مهریون توی این کیسه چی ریخته)). کودک را ترغیب کنید که بدون نگاه کردن به داخل کیسه دستش را درون آن ببرد و یکی از آن‌ها را بردارد و از او بخواهید که آن را حدس بزند. اگر درست گفت او را تشویق کنید. در صورتی که سطح درک و شناخت کودکتان پایین است، کیسه را با ۳ شیء پر کنید و به مرور زمان تعداد را افزایش دهید. برای مراحل بعدی بازی می‌توانید ابتدا یک شیء را به کودک نشان دهید مثل سنگ و از او بخواهید همین شیء (سنگ) را از داخل کیسه بدون نگاه کردن به داخل آن، برای شما پیدا کند. انجام این بازی مستلزم آن است که کودک بتواند با انگشتان خود چیزی را بردارد.





۱۷. کدوما فرق دارند؟!

اهداف:

بهبود حافظه دیداری

افزایش توجه و تمرکز

تشخیص زمینه از متن

بهبود بازداری رفتار

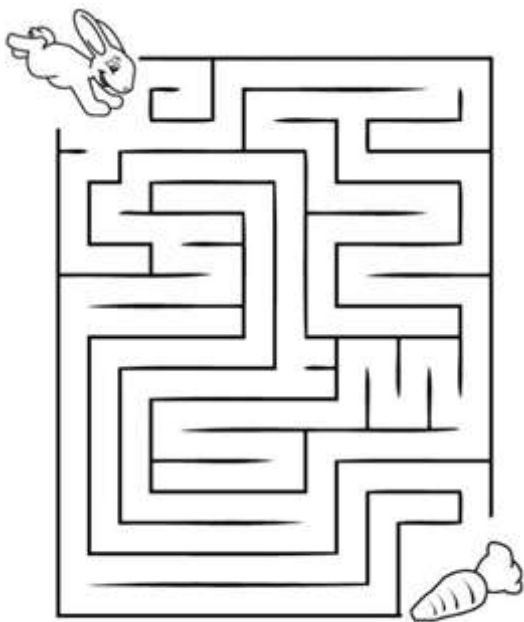
ابزار مورد نیاز:

کاربرگ‌های تفاوت و تمایز

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۸ سال می‌باشد. قطعاً این مدل بازی‌ها را بارها دیده‌اید که دو تصویر یکسان به شما داده می‌شود اما تفاوت‌هایی درون آن‌ها وجود دارد که فرد یا کودک باید تلاش کند تا آن‌ها را شناسایی کند. یادآوری این نکته لازم و ضروری به نظر می‌رسد که هیچگاه کودک را با این تصاویر تنها نگذارید و حتماً کنار او بنشینید. می‌توانید این بازی‌ها را از مجله‌های مختلف پیدا کنید و یا از اینترنت آن‌ها را دانلود کنید و پرینت بگیرید. در حین این بازی می‌توانید رنگ‌ها، اعداد و وسایل را نیز به کودکان یاد دهید. می‌توانید این بازی را نوبتی انجام دهید. توجه کنید که سطح دشواری تصاویر را مرحله به مرحله افزایش دهید تا متناسب با سطح کودک شما باشد.





۱۸. موش رو ببر تو خونه

اهداف:

بهبود حل مسئله

بهبود بازداری رفتار

بهبود حافظه

هماهنگی بین چشم و دست

افزایش توجه و تمرکز

بهبود مهارت حرکتی ظریف

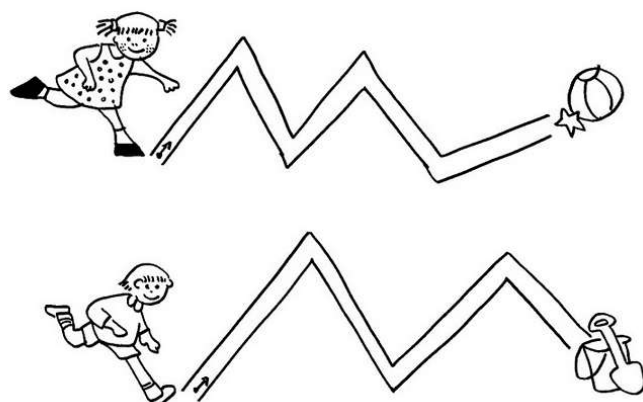
ابزار مورد نیاز:

دانه‌لود نمونه‌ها از گوگل

مداد و کاغذ

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۸ سال می‌باشد. بهتر است این بازی را ساده‌تر کنید و از کشیدن مازهایی با خط‌های صاف و ساده استفاده کنید و به مرور پیچیده‌تر کنید. در ابتدا خودتان می‌توانید روی کاغذ این بازی را انجام دهید، به این صورت که در مراحل اولیه خودتان موش، یا هر حیوان و شیء مورد علاقه کودک را یک طرف بکشید، سپس با رسم دو خط موازی و صاف راه درست کنید و از او بخواهید که با کشیدن خط موش را به خانه برسد یا خرگوش را به هویج برساند. در مراحل بعدی بازی را پیچیده‌تر کنید و از مازها و شکل‌های سخت‌تر استفاده کنید که در آن کودک با بن‌بست‌ها مواجه شود که نیازمند فکر کردن و آرام پیش بردن خط‌ها می‌باشد تا به هدف خود برسد. برای افزایش جذابیت می‌توانید از تصاویر رنگی، طرح‌های کودکانه و ... استفاده کنید. برای جلب توجه کودک می‌توانید از چیزهای که بیشتر علاقه دارد (ماشین و ...) استفاده کنید. توجه داشته باشید که بعد از انجام هر مرحله کودک را تشویق کنید.





۱۹. سایه بازی

اهداف:

شناسایی دقیق اشیاء

بهبود حافظه دیداری

ابزار مورد نیاز:

حیوانات اسباب بازی یا وسایل مورد علاقه کودک

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۹ سال می باشد. در اینترنت تصاویر سایه حیوانات و اشیاء مورد علاقه کودک را جستجو کنید و در صورت امکان آن ها را چاپ کنید یا روی گواشی با کودک بازی کنید. به این صورت که تصویر یک سایه را به او نشان دهید و از او بخواهید که حدس بزند تصویر کدام حیوان یا کدام شیء است؟ برای مراحل ابتدایی بازی یک سایه را به او نشان دهید و چند حیوان اسباب بازی جلوی او بگذارید تا او از بین آن ها انتخاب کند. یا می توانید صدای آن حیوان را در بیاورید تا کودک بتواند حدس بزند. در مراحل بعدی و پیشرفته تر، یک حیوان را به او نشان دهید به همراه چند سایه از حیوانات. حال کودک باید از بین سایه ها، آن سایه ای که مربوط به آن حیوان هست را نشان دهد. برای افزایش جذابیت، بهتر است بعد از حدس درست، صدای آن حیوان را نیز در بیاورید یا از او بخواهید برای ۱۰ ثانیه شبیه آن حیوان راه برود و صدایش را در بیاورد.



۲۰. جدول کلمات متقاطع

اهداف:

بهبود حافظه دیداری

آشنایی با حروف الفبا

افزایش توجه و تمرکز

بهبود حل مسئله

ابزار مورد نیاز:

جدول کلمات متقاطع مناسب سنین ۷ سال به بالا

دستورالعمل اجرا:

حداقل سن مناسب برای این بازی ۹ سال می باشد. از سایت های اینترنتی یا مجله های مخصوص کودکان و حتی بخش کودک و نوجوان بعضی از روزنامه ها بخش جدول کلمات متقاطع را جدا کنید. حال با کودک خود بنشینید و آنها را انجام دهید. توجه داشته باشید که کودک را با مداد و جدول تنها نگذارید و در کنار او بنشینید و در صورت نیاز او را راهنمایی کنید. تلاش کنید کودک به جای نوشتن با مداد مشکی، از مداد رنگی استفاده کند. برای بهبود حافظه کودک سعی کنید سرنخ هایی به او بدهید و همچنین از حالت صورت و تن صدای خود برای راهنمایی او استفاده کنید. او را تشویق کنید که از سؤالات ساده (با پاسخ های ۲ حرفی) برای جواب دادن شروع کند، بعد به قسمت های دیگر جدول برود. حتماً سعی کنید جدولی را انتخاب کنید که میزان استفاده از کلمات انتزاعی در آن کم باشد و به مرور زمان پیچیده شود. ترجیحاً جدول هایی باشند که از تصاویر برای راهنمایی کودک استفاده کرده باشد.



منابع:

- مور، جولیا. (۲۰۰۸). بازی، خنده، یادگیری ترجمه: سسینا توکلی، کیانا تقی خان و مریم ابراهیمی کیا. (۱۳۹۵). تهران، انتشارات انسان
- دلانی، تارا. (۲۰۰۹). ۱۰۱ بازی و فعالیت ویژه کودکان با طیف اختلالات اتیسم. ترجمه: نرکس محمودی (۱۳۹۵). تهران، انتشارات بعثت.
- لارکی، سو (۲۰۰۷). تمرین های یکپارچگی حسی کاربردی. ترجمه: صدیقه فراهانی. (۱۳۹۷). تهران، نشر بعثت.
- مک کلاناهان، لین، کرانتز، پاتریشا. (۲۰۰۵). آموزش مکالمه به کودکان اتیستیک. ترجمه: عسل مروارید. زهره کرمی. (۱۳۹۴). تهران، نشر دانژه



