

درباره‌ی پیک مام ویژه‌ی راه دور

موسسه مادران امروز به منظور اطلاع‌رسانی به گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، ارتباط گروه‌ها با یکدیگر، تبادل تجربه، خبر دار شدن از نظرها و پیشنهادهای و رفع اشکال‌ها و ابهام‌های موجود در طول کار گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، اقدام به تهیه‌ی پیک مام ویژه‌ی راه دور کرده است.

گزارش‌های دریافت شده در این ماه

از ۱۵ تیر ماه تا ۱۵ مرداد ماه از گروه‌های زیر گزارش‌هایی دریافت شده است.

● خورشید، تهران، نماینده‌ی گروه: خانم فرانک فیروزبخش، ۲ گزارش ● سپنتا ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: خانم لیلا کمالیان، ۲ گزارش ● بوعلی ۱، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: خانم پریسا صمدی‌فر، ۱ گزارش ● سپنتا ۲، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: خانم فرحناز قربانی، ۱ گزارش ● شهاب، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: آسیه شریعتی، ۳ گزارش ● بوعلی ۲، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: خانم آسیه شریعتی، ۵ گزارش ● زیتون ۲، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: خانم آسیه شریعتی، ۲ گزارش ● مهرآنا، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: خانم مینا محمدنیا، ۱ گزارش ● آیین تربیت، قائم شهر، نماینده‌ی گروه: خانم زندی، ۱ گزارش

خبرها

● در اولین سه‌شنبه مرداد ماه ۹۴ - سخنرانی خانم دکتر بهاره لطیفی با موضوع اهمیت هفت سال طلایی رشد و برنامه‌ریزی برای غنی سازی محیط منزل به منظور رشد کودک در این سال‌ها در موسسه برگزار شد.

خلاصه‌ی این سخنرانی به شرح زیر است:
سال‌های طلایی رشد و برنامه‌ریزی برای آن

هفت سال اول زندگی کودک را هفت سال طلایی رشد می‌نامیم از آنجا که سرعت رشد در این سال‌ها بسیار بیشتر از سال‌های دیگر زندگی است، و کیفیت رشد در این سال‌ها می‌تواند تضمین‌کننده‌ی سلامت کودک در بزرگسالی، کاهش مشکلات رفتاری و اختلالات یادگیری و حتی کیفیت بهتر زندگی فرد گردد؛ بنابراین لازم است والدینی که

قصد باردار شدن دارند و نیز والدینی که دارای فرزند هستند از کیفیت و چگونگی رشد در این سنین آگاهی یابند، بدانند کودکان چه ویژگی‌هایی دارند و چه برنامه‌هایی به رشد همه جانبه‌ی کودک کمک خواهد کرد. اما قبل از برنامه‌ریزی برای فرزندمان باید بدانیم که کودکان در این سنین ویژگی‌های مشترکی دارند که عبارتند از:

- تمایل به خود محوری و خود مرکزی
- تمایل به یادگیری از طریق اشیا واقعی و تجربه‌های دست اول
- تامل کوتاه (عدم توانایی جهت تمرکز طولانی مدت روی یک فعالیت)
- کنجکاو، خود جوش و مشتاق برای یادگیری امور تازه
- عدم عادت به فعالیت‌های گروهی بزرگ
- نیاز درونی برای تحرک و فعالیت‌های جسمی (عدم توانایی برای ساکت و آرام نشستن به مدت طولانی)
- مثبت بودن در واکنش‌های عاطفی
- لذت بردن از تکرار بویژه قصه و شعر
- لذت بردن از موسیقی و اشعار دارای وزن و قافیه
- ولی با توجه به این ویژگی‌های مشترک نباید فراموش کنیم که :
- تفاوت‌های فردی در کودکان هم از نظر میزان رشد و هم قابلیت‌ها و توانمندی‌هایشان وجود دارد.
- هر کودک منحصر به فرد است و نمی‌تواند و نباید، با کودکان دیگر مقایسه شود.
- هر کودک باید برای رشد همگام با خود مورد تشویق قرارگیرد و نباید برای انجام امور بر او فشار آورد.
- رشد که سلسله ظرفیت‌ها و استعدادها را گسترش یابنده‌ای که به تدریج برای فرد مایه‌ی سهولت و کارکرد بیشتر و موثرتر می‌شود و نتیجه نمو، رشد طبیعی و یادگیری است؛ دو عامل وراثت و محیط روی آن تأثیرگذار است. که در تعلیم و تربیت با تغییر و دستکاری محیط می‌توان کیفیت رشد را تغییر داد. حال باید بدانیم جنبه‌ها و شاخص‌های رشد کودک چیست تا برای هر یک از شاخص‌ها برنامه مناسبی داشته باشیم.
- جنبه‌های رشد :

- رشد جسمی - حرکتی

- رشد عاطفی - روانی

- رشد اجتماعی - اخلاقی

- رشد ذهنی - شناختی

- رشد زبان و گفتار

- رشد خلاقیت و ابراز وجود و درک زیبایی‌ها

از آنجا که انسان موجودی چند بعدی است روانشناسان معتقدند **کودکی سالم‌تر است که رشد متعادل و یکنواخت در همه جنبه‌های رشد داشته باشد**، لذا والدین نیز باید در منزل برنامه‌هایی برای تک تک جنبه‌های رشدی داشته باشند و صد البته چون این سنین سال‌های رشد هستند و نه آموزش، هر نوع یاد دهی و یادگیری باید تا هفت سالگی بصورت غیرمستقیم و از طریق بازی باشد.

بازی‌ها نقش قابل توجهی در رشد متعادل کودکان دارند به عنوان مثال :

- بازی‌های رشد جسمی - حرکتی به پرورش ماهیچه‌ها و هماهنگی اعضای بدن کمک می‌کنند.
- بازی‌های رشد ذهنی - شناختی به پرورش قوه ادراک و مشاهده، استدلال، تفکر و تمرکز منجر می‌شوند.
- بازی‌های رشد اجتماعی - اخلاقی در بهبود ارتباط و همکاری و ایفای نقش‌های مختلف موثرند.
- بازی‌های رشد عاطفی - روانی جهت شناخت و متعادل سازی احساسات و بیان درست آن‌ها تأثیرگذارند.
- بازی‌های رشد زبان و گفتار مهارت‌های کلامی و مهارت گوش دادن و دایره لغات و روانی بیان کودک را افزایش می‌دهند.

- بازی‌های رشد خلاقیت باعث افزایش ابتکار و خلاقیت کودک می‌شوند.

در اینجا به برخی از فعالیت‌هایی که والدین می‌توانند با کودکانشان در منزل انجام دهند تا کودکان به رشد همه جانبه دست یابند :

- بحث و گفتگوهای آزاد و سازمان یافته
- قصه‌گویی و داستان سازی
- کتابخوانی
- بازی‌های نمایشی
- سرودها و اشعار موزون
- موسیقی و حرکات موزون
- بازی در فضای بسته با معماها، پازل‌ها، مهره‌ها، مکعب‌ها و ...
- بازی‌های تعادلی (مانند لی لی و ...)
- بازی‌های فکری
- بازی در فضای باز
- بازی با شن
- بازی با آب
- بازی با گل
- بازی با رنگ
- بازی‌های عروسکی (مانند خاله بازی)
- نقاشی
- کاردستی با وسایل دور ریختنی
- کلاژ
- ساخت خانه‌های بازی با جعبه‌های کارتنی
- آشپزی
- دوخت و دوز
- باغبانی

- آشنایی با روزها و مناسبت‌های خاص

- بازدید از موزه ها

- مسافرت

- و ...

و در نهایت پاسخ به چند پرسش رایج :

- مهد کودک آری یا خیر؟

به دلیل تک فرزندی کودکان در سال‌های اخیر و تغییر سبک زندگی خانوادگی در شهرها کودکان تعامل با همسالان خود را نمی آموزند آن‌ها بیشتر با پدر و مادر در ارتباطند تا سایرین و مجهز نبودن به مهارت‌های برقراری ارتباط مناسب مشکلات زیادی را در زندگی برایشان ایجاد خواهد کرد. پس بهتر است که از سه سالگی به بعد به مهد کودک بروند.

- پیش دبستانی در مهدها بهتر است یا مدارس؟

همانطور که گفتیم تا هفت سالگی کودک را سال‌های طلایی رشد او می‌نامیم و متأسفانه مدارس معمولاً تأکیدی روی رشد ندارند و فقط به آموزش تکیه دارند، در ضمن فضای مناسبی نیز برای رشد ندارند. در مدارس بهترین امکانات و بزرگترین کلاس‌ها برای کلاس‌های بالاتر گذاشته می‌شود. برنامه‌های مهد کودک‌ها خلاق‌تر، شادتر و آزادانه‌تر است. کودکان پیش دبستانی در مهدها کودکان ارشد می‌باشند، اکثر مسؤلیت‌ها به آن‌ها سپرده می‌شود و خود را بزرگ‌تر از کودکان دیگر می‌دانند که این خود سبب افزایش اعتماد به نفس آنها می‌شود. و ...

- آموزش زبان دوم آری یا خیر؟

در اکثر کشورهای پیشرفته دنیا آموزش زبان دوم وقتی آغاز می‌گردد که کودک به زبان مادری تسلط کامل داشته باشد و این معمولاً به سنین دبستان بر می‌گردد. اگر برنامه‌ای برای آشنایی کودک با سایر زبان‌ها و علاقمندی او دارید در همین حد کفایت، آموزش آن به هیچ وجه توصیه نمی‌شود. البته بهتر است خانواده‌های دو زبانه، هر دو زبان را با کودک صحبت کنند تا هر دو را در حین زندگی فرا گیرد. آموزش مستقیم به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

پرسش و پاسخ

دوستان گزارش‌های شما در خصوص جلسه‌های برگزار شده و تبادل تجربه‌های افراد بود و سوال مشخصی مطرح نشده بود. چنانچه سوالی در مورد مطالب کتاب دارید، لطفاً آن را مشخص کنید تا جواب داده شود.

درخواست‌های ما از گروه‌های آموزش از راه دور

- از گروه‌هایی که فهرست اسامی اعضای خود را تاکنون برای ما ارسال نکرده‌اند، مجدداً خواهشمندیم که فهرست اسامی اعضای، موضوع مطالعه و گزارش مطالعات گروهی خود را برای ما بفرستند.
- از گروه خانم ترانه نخعی خواهشمندیم گزارشات خود را در جدول گزارش نویسی با ذکر تاریخ برگزاری برای ما بفرستند. همچنین نام گروه خود را ذکر کنند.
- گروهی از دوستان راه دور، به علت گرمی هوا در شهرستان‌های شمالی و سفر دوستان به مناطق سردسیر، خواستار تغییر زمان نشست بعدی نمایندگان که قرار بود در تاریخ ۹۴/۶/۱۲ برگزار شود، به نیمه‌ی دوم مهر ماه ۹۴ شده‌اند. که با این درخواست موافقت می‌شود.

به این ترتیب تاریخ نشست بعدی پنجشنبه ۹۴/۷/۲۳ اعلان می‌شود.

خواندنی‌ها

کودکان و حفظ محیط زیست

آذر شایان

از سایت آموزک – موسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان

زمانی که کودکان به مرحله رفتن به مهد کودک یا پیش دبستان می‌رسند در مورد محیط پیرامون خود اطلاعات بیشتری کسب می‌کنند. در صورتی که تاکنون در این راه گام برنداشته‌اید اکنون زمان خوبی است که به کودکان در مورد حفظ محیط زیست توضیحاتی دهید. اگر با فرزندتان درباره حفظ محیط خانه خود حرف زده‌اید با استفاده از روش‌های زیر می‌توانید او را به حفظ محیط زیست خارج از خانه هم علاقه مند کنید.

به کودک خود اطلاعات اساسی بدهید

خانم «الف» می‌گوید: «روزی توجه پسر ۷ ساله من به مجله ای بر روی میز جلب شد که بر روی جلد آن عکس یک خرس قطبی دیده می‌شد. در این مجله در مورد خطری که بر اثر گرم شدن کره زمین، خرس‌های قطبی را تهدید می‌کند مطالبی نوشته شده بود. من تصمیم گرفتم با پسرم خیلی صریح حرف بزنم و بنابراین به او گفتم که درست است که زندگی خرس‌های قطبی و سایر جانداران در خطر است ولی، ما می‌توانیم در این میان نقش مثبتی ایفا کنیم.

به کودک خود صرفه جویی در مصرف انرژی را آموزش دهید

خانم «الف» می‌گوید: «زمان جنگ بود. پدر و مادرم مدام به من یادآوری می‌کردند که لامپ‌های اضافی را خاموش کنم و در مصرف کلیه مواد صرفه جویی نمایم. آنها با این کار درس‌های زیادی به من دادند. کودک شما باید به صرفه جویی در مصرف انرژی عادت کند. او باید بداند با این کار هزینه کمتری به خانواده تحمیل می‌شود».

به کودکان یادآوری کنید که هنگام مسواک زدن شیر آب را ببندد

یک کودک مدرسه ای به خوبی می‌داند که آب مصرفی ما از رودخانه‌ها و مخازن تامین می‌شود. به او توضیح دهید. که با هدر دادن آب، خیلی‌ها آسیب می‌بینند و در ضمن انرژی زیادی هدر می‌رود. شیری که به مدت ۵ دقیقه چکه کند معادل روشن شدن ۲۴ ساعته ۱ لامپ ۶۰ وات انرژی به هدر می‌دهد.

۱- به فکر سرگرمی‌های مناسبی برای اعضای خانواده باشید.

۲- به فرزند خود نشان دهید که چگونه می‌تواند بدون استفاده از وسایل الکترونیکی خود را سرگرم کند. شما می‌توانید به بازی‌های خانوادگی بپردازید، کتاب‌های جذاب بخوانید، به پیاده روی و دوچرخه سواری بروید.

۳- بازیافت مواد را جدی بگیرید.

۴- از کودک خود بخواهید هر نوع زباله را در سطل مخصوص خود بریزد و به روی هر کدام از سطل‌ها تصویر زباله مورد نظر را بکشد.

۵- هر از گاهی از فرزندتان بخواهید برای کمک به مستمندان، در جمع کردن لباس‌ها، کتاب‌ها، اسباب بازی‌ها و سایر وسایل کهنه به شما کمک کند.

۶- از مواد سازگار با طبیعت استفاده کنید.

۷- هنگام نظافت خانه به جای حوله‌های کاغذی از پارچه استفاده کنید. تا حد امکان موادی را به کار ببرید که به محیط زیست آسیبی نمی‌رسانند. این کار نه تنها به نفع محیط زیست است بلکه برای خانواده شما نیز مفید می‌باشد.

۸- از کیسه‌ها و ظروفی استفاده کنید که قابل استفاده مجدد باشند.

۹- یکی دیگر از راه‌های آسان حفظ محیط زیست این است که به جای خریدن بطری‌های متعدد نوشابه، یک بطری را مدام از نوشابه پر کنید.

۱۰- در ضمن برای خرید از پاکت‌های کاغذی استفاده کنید.

۱۱- به جای چند پاکت کوچک، از یک پاکت بزرگ استفاده کنید.

۱۲- به جای خریدن پاکت‌های کوچک، یک پاکت بزرگ تهیه کرده و آن را به بخش‌های مختلف تقسیم بندی کنید، به طوری که قابل استفاده مجدد باشد.

۱۳- هنگام ساختن آثار هنری، هیچ قسمتی را دور نریزد.

۱۴- برای جمع آوری قسمت‌هایی که در اثر کارهای هنری بر جای می‌ماند سطل‌های کوچکی در نظر بگیرید. یادتان باشد حتی اشیایی مثل مدادهای شکسته و دگمه‌ها نیز می‌توانند مجدداً مورد استفاده قرار گیرند. هر چقدر بیشتر صرفه جویی کنید، پول کمتری برای خرید وسائل جدید خرج خواهید کرد.

۱۵- از خانه زیاد خارج شوید. در صورت امکان اعضای خانواده را پارک یا طبیعت ببرید. با این کار ضرورت حفظ محیط زیست برای کودکان یادآوری می‌شود.

معرفی کتاب و پیشنهاد

۱- چگونه کودکان را در زندگی مشارکت دهیم؟

نویسنده: مریم احمدی شیرازی

ناشر: مادران امروز

نوبت چاپ: اول



مشارکت کودکان در فعالیت‌های روزمره‌ی زندگی به آن‌ها کمک می‌کند تا درک بهتری از زندگی واقعی و محدودیت‌ها و امکانات خانواده پیدا کنند و در مراحل مختلف با خانواده همراه باشند و در تصمیم‌گیری‌های خود واقع‌گرایانه عمل کنند.

ولدين می‌توانند با به کار بستن رهنمودها و سفارش‌ها و الهام گرفتن از مطالب این کتاب، هم به یادگیری‌های غیرمستقیم فرزندکمک کنند هم اوقات خوشی را با او بگذرانند.

به گروه‌های کودک دار پیشنهاد می‌کنیم که مطالعه‌ی این کتاب را در دستور کار گروه خود قرار دهند.

۲- راهنمای تربیت اثر بخش

نویسندگان: دان دینک مایر، گری د. مکی

مترجم: مهرداد فیروز بخت

ناشر: دانژه

نوبت چاپ: دوم - ۱۳۹۲



اثر بخش بودن والدین یکی از لذت بخش ترین و در عین حال یکی از دشوارترین کارهای زندگی است. ما پدر و مادرها وظیفه‌ی مشترکی داریم و آن خوشحال، سالم، قابل اعتماد، اهل همکاری و مسئولیت‌پذیر بار آوردن بچه‌هاست تا روابط خانوادگی مادال عمر و محکمی داشته باشیم. همچنین موظف هستیم بچه‌هایی تربیت کنیم که در آینده، بزرگسالانی مسئولیت‌پذیر، محبوب و مهربان شوند. کتاب راهنمای تربیت اثر بخش با زبانی ساده و مثال‌های فراوان به مادرها و پدران کمک می‌کند تا در تربیت فرزندانشان موثرتر عمل کنند. مطالعه‌ی این کتاب در کنار بسته‌ی آموزشی موسسه مادران امروز برای خانواده‌های کودک دار، توصیه می‌شود.

برنامه‌های تازه

برگزاری برنامه‌های مشترک والدین و فرزندان در موسسه مادران امروز

از پایان آبان ماه سال ۱۳۹۲ برنامه‌هایی با عنوان " والدین و فرزندان " در موسسه مادران امروز به اجرا گذاشته شد. این برنامه‌ها به شکل کارگاهی و با حضور والدین و فرزندان، به طور مشترک انجام می‌شود. در همه‌ی برنامه‌ها کارشناس متخصص در آن حوزه حضور دارد.

هدف از برگزاری این کارگاه‌ها، ایجاد فرصت‌هایی برای والدین و فرزندان است تا در آن هم به فعالیت‌های مشترک و خوشایند بپردازند هم موقعیت‌هایی برای رشد همه‌جانبه‌ی فرزندان و تسلط بیشتر والدین به زندگی با فرزند فراهم شود.

از مجموعه برنامه‌های بخش والدین و فرزندان که در حال برگزاری است:

- کارگاه بازی - رشد / مخاطب: مادر و کودک زیر دو سال / تعداد جلسه‌ها: چهار جلسه
 - کارگاه بازی - حرکت ویژه‌ی پدران و کودکان بالای دو سال
 - کارگاه قصه‌گویی خلاق ویژه‌ی مادر و کودک بالای دو سال / تعداد جلسه‌ها: پنج جلسه‌ی مجزا
- مکان برگزاری کارگاه‌ها: موسسه مادران امروز

تلفن و فاکس موسسه مادران امروز: ۸۸۷۲۸۳۱۷ - ۸۸۷۱۵۶۵۱ - ۸۸۷۲۷۷۸۰

ایمیل راه دور: amoozeshrahedoor@yahoo.com