

برای شروع کودکان آماده اید؟ دوستان شما از رسانه عمومی بفلو تورنتو این منبع مهارت های یادگیری اولیه را ایجاد کرده اند! اینجا در هر زمان و هر مکان استفاده کنید تا کودک خود را برای کودکان آماده سازید.

در این منبع، دو چیز را خواهید یافت - مهارت های کلیدی برای آمادگی در کودکان و فعالیت هایی که می توانید برای ایجاد آن مهارت ها انجام دهید. کودک شما باید بتواند این فعالیت ها را کامل کند تا برای کودکان آماده شود!

برای والدین: بررسی سلامت روان پنج دقیقه ای

بیابید کمی وقت بگذاریم تا در مورد شما صحبت کنیم! در حال حاضر زندگی برای بزرگسالان واقعاً سخت است و اگر چند لحظه به خودتان رسیدگی کنید، هم شما و هم فرزندتان می توانید از آن بهره ببرید.

- آیا چیزی برای خوردن داشته اید؟
- برای لحظه ای نفس عمیق بکشید، از فرزندتان دعوت کنید که به شما پیوند.
- در طبیعت قدم بزنید، برای لحظه ای بیرون بروید. چه می بینید، چه می شنوید، چه بویی را حس می کنید؟
- آیا خواب کافی داشته اید؟
- دوش گرفتن سریع یک راه عالی برای تنظیم مجدد است!
- پیروزی اخیر (هرقدر هم کوچک) که تجربه کرده اید چیست؟

اگر دچار مشکل سلامت روان هستید، با خط تلفن ۲۴ ساعته Crisis Services به شماره 716-834-3131 تماس بگیرید

مهارت

رنگ های رنگین کمان (سرخ، نارنجی، زرد، سبز، آبی و بنفش) و اشکال اصلی (دایره، مربع، مثلث، مستطیل، بیضی، الماس) را مشخص کنید.

ریاضی / شفاهی صریح

من میتوانم انجام دهم!

فعالیت

از کودک خود دعوت کنید تا روی یک ورق کاغذ خالی، اشکالی را با استفاده از رنگ های مختلف بکشد. هنگام کشیدن نقاشی، نام هر شکل و رنگ را به کودک بگویید. بزرگسالان می توانند نحوه ترسیم اشکال را بر روی کاغذ خود نشان دهند.

مهارت

از اشیاء برای نشان دادن و نامگذاری مقادیر استفاده کنید (1 = یک دکمه، 2 = دو دکمه، 3 = سه دکمه ... تا 10).

ریاضی / شفاهی صریح

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

در خوراکه فروشی، از فرزندان بخواهید که سبزیجات یا میوه ها را هنگام قرار دادن آنها در سبد خرید حساب کند.

مهارت

می تواند با استفاده از پنسل، رنگه یا نشانگر فرم های قابل شناسایی بسازد.

مهارت های فیزیکی/حرکتی

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

با استفاده از کاغذهای خالی، از کودک خود بخواهید که از برخی از چیزهای مورد علاقه زندگی خود عکس بکشد: افراد، حیوانات خانگی، غذا، اسباب بازی ها، مکان ها و غیره. والدین نیز می توانند چیزهای مورد علاقه خود را بکشند!

مهارت

کودک می تواند خودش لباس بپوشد و به طور مستقل از حمام استفاده کند.

مهارت های فیزیکی/حرکتی

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

از فرزندتان بخواهید لباس روز خود را انتخاب کند! با یک شی کوچک شروع کنید. با گذشت زمان، بیشتر به روال لباس پوشیدن آنها اضافه کنید. با یک آهنگ مورد علاقه اش تمرین کنید تا این کار را حتی بیشتر دلچسپ بسازید!

مهارت

از ارتباطات کلامی یا غیرکلامی به طور مؤثر برای برقراری ارتباط با نیازها، خواسته ها و احساسات استفاده می کند.

یادگیری اجتماعی و عاطفی / شفاهی واضح و صریح

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

در حالی که به آینه نگاه می کنید، یک چهره احساسی (غمگین، خوشحال، عصبانی) بسازید. از کودک خود بخواهید احساس را حدس بزند. احساسات مختلف را نام ببرید و در مورد زمان هایی که شما و فرزندتان این احساسات را احساس کرده اید صحبت کنید.

مهارت

با دیگران بازی و همکاری می کند، با همسالان خود وقت بازی نوبت را مراعات می کند.

یادگیری اجتماعی و عاطفی

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

با هم به نوبت چیزی بسازید! به همراه فرزندتان می توانید نقاشی بکشید، برجی از بلوک بسازید، سلاد درست کنید، یا وسایل (پنجه، قاشق، چاقو و غیره) بسازید.

مهارت

هر وقت درخواست شود قادر به تمیز کردن میشود (لباس، اسباب بازی، و فضاهای مشترک).

یادگیری اجتماعی و عاطفی

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

از آهنگ مورد علاقه فرزندتان استفاده کنید تا زمان تمیز کردن را به یک روال سرگرم کننده برای خود و فرزندتان تبدیل کنید.

مهارت

می تواند دستورالعمل های 1-2 مرحله ای را دنبال کند (اول، شما... دوم، شما...).

یادگیری اجتماعی و عاطفی

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

فهرستی از تمام برنامه های دو مرحله ای که بخشی از یک روز عادی برای کودک شما هستند تهیه کنید (روی خود را بشویید و دندان های خود را مسواک بزنید؛ در چوکی موتر خود بنشینید و کمر بند تان را بسته کنید؛ بوت های خود را پیدا کنید و آنها را بپوشید). با انجام آنها با هم شروع کنید، به تدریج تلاش کنید تا فرزندتان این کارها را به تنهایی انجام دهد، و همیشه مراحل را با صدای بلند بگویید

مهارت

می توانند اسم و اسم خانوادگی خود را در نوشته تشخیص دهند.

تسلط خواندن / شفاهی واضح و صریح

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

یک معمای اسم بسازید! هر حرف از اسم و اسم خانوادگی فرزندان را روی تکه های کاغذ یا مقوا بنویسید. از فرزندان بخواهید حروف را به ترتیب قرار دهد و نام آنها را بنویسد. با تمام حروف بزرگ شروع کنید، سپس به حروف کوچک تغییر دهید، زیرا کودک شما شروع به تسلط بر این فعالیت می کند.

مهارت

قادر به دنبال کردن یک داستان کامل اعم از آغاز، وسط و پایان است. می تواند قسمت های مورد علاقه یک داستان را بازگو کند.

تسلط خواندن / شفاهی واضح و صریح

من می توانم آن را انجام دهم!

فعالیت

با استفاده از چیزهای معمولی از خانه خود، مانند جوراب، دستکش، کیسه کاغذی یا چوب آیسکریم، گدی های خیمه شب بازی درست کنید! از شخصیت های کتاب، برنامه تلویزیونی مورد علاقه فرزندان استفاده کنید یا خودتان را بسازید. از گدی بخواهید داستانی بگویند