

فرستنده :



تهران-۱۵۱۱۷۱۵۱۱۱
خیابان ولی عصر - بالاتر از
شهید بهشتی - کوچه ی
دل افروز- شماره ۹- زیرزمین
صندوق پستی ۴۵۱-۱۵۱۱۵
تلفن و دورنگار
۸۸۷۱۵۴۳۴ و ۸۸۷۲۸۳۱۷
info@madaraneemrooz.com
www.madaraneemrooz.com

گیرنده :

شماره ی

۵۱

خبرنامه ی داخلی
موسسه
مادران امروز

مهر ۱۳۸۵
اکتبر ۲۰۰۶
رمضان ۱۴۲۷

برنامه ریزی در مهدکودک ها باید طوری باشد که کودکان در ضمن بازی بطور غیرمستقیم یادگیری های انجام دهند. یعنی آموزش کاملاً غیرمستقیم باشد.

از کتاب آسان " فرزند خود را برای ورود به مهدکودک آماده کنیم" - انتشارات موسسه مادران امروز

با یاد دوست
که مدارا و مهر مادری
ذره ای از کان مهر و مدارای اوست

● سخنرانی ماهانه ی مهر

جلسه ی سخنرانی مهرماه با موضوع کمک به فرزند
برای یادگیری بیشتر با کارشناسی آقای اسفندیار
معمدی کارشناس آموزشی و مؤلف کتاب های درسی روز
سه شنبه ۸۵/۷/۴ از ساعت ۹ تا ۱۱ صبح در محل موسسه
برگزار شد.
خلاصه ی این سخنرانی در صفحه ی سه و چهار آمده است.

● مختصری از فعالیت های موسسه

- در ماه مهر برنامه های زیر در موسسه برگزار شد :
- گام رفتار با کودک (خانم ناهید سلیمانی)
- گام رفتار با نوجوان (خانم فاطمه ایرانیپور)
- گام مدیریت بر خود (خانم مریم احمدی)
- گام ارتباط کلامی (خانم فاطمه صهبا)
- گام مدیریت بر خشم (خانم مریم احمدی)

● ارتباطات و همکاری‌ها

در ماه مهر با سازمان‌ها و نهادهای زیر ارتباط یا همکاری داشته‌ایم:

شورای کتاب کودک، انجمن پژوهش‌های آموزشی پویا، شورای گسترش فرهنگ صلح، موسسه کنشگران داوطلب، نهضت سوادآموزی، یونیسف، موسسه تحقیقات، بازتوانی و بهبود زندگی زنان، دانشگاه علامه طباطبایی

● گروه‌های داوطلب

● ادامه‌ی فعالیت گروه نوجوان به صورت کارگاه‌های مستقل ماهی یک بار برنامه‌ریزی شده است. کارگاه بعدی گروه ۲۷ مهر از ساعت ۴-۶ با موضوع **گفتگو و حرف زدن موثر** برگزار می‌شود.

● برنامه‌های خارج از موسسه

● فرهنگسراها و شهرداری‌ها

● فرهنگسرای سالمند :

● برگزاری گام رفتار با کودک با کارشناسی خانم‌ها افسانه حسن‌زاده و ماندانا آجودانی

● مهدکودک‌ها

● برگزاری یک جلسه‌ی آموزشی با موضوع **قاطعیت** با کارشناسی خانم مریم احمدی و همراهی خانم نگین شهری در مهدکودک ویستا

● سایر مراکز

● مشارکت در برگزاری مراسم روز جهانی کودک به دعوت شبکه یاری کودکان کار و خیابان در پارک ورشو (۸۵/۷/۱۷)

● شهرستان‌ها

● برگزاری گام رفتار با کودک در رامسر (موسسه فرهنگی اردیبهشت) با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی
● ادامه‌ی برنامه‌های آموزش از راه دور در استان مازندران

● کارگاه‌ها، سمینارها، همایش‌ها و نمایشگاه‌ها

● شرکت در کارگاه زنان و خودکشی، به دعوت مرکز تحقیقات سلامت زنان فردا و موسسه تحقیقات، بازتوانی و بهبود زندگی زنان به مناسبت روز جهانی بهداشت (خانم‌فرحناز مددی)

● برنامه‌های آینده

● سخنرانی ماهانه‌ی آبان

جلسه‌ی سخنرانی آبان‌ماه با موضوع **پرسش و پاسخ مادرانه** با کارشناسی خانم مریم احمدی روز سه‌شنبه ۸۵/۸/۲۱ از ساعت ۹ تا ۱۱ صبح در محل موسسه برگزار می‌شود.

گام‌ها	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
روابط زناشویی	۸۵/۸/۷	۵	خانم شیوا موققیان	۴-۶
قصه‌گویی و کتابخوانی	۸۵/۸/۸	۴	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۱
رفتار با نوجوان	۸۵/۸/۱۴	۹	خانم مرضیه شاه‌کرمی	۴-۶
رفتار با کودک	۸۵/۸/۱۵	۹	خانم ماریا ساسان‌نژاد	۴-۶
رشد جنسی کودک و نوجوان	۸۵/۸/۲۴	۵	خانم شیوا موققیان	۹-۱۱
بازی و اندیشه	۸۵/۷/۲۵	۵	آقای محمود سلطانی	۴-۶
ارتباط کلامی	۸۵/۸/۱۰	۶	خانم فاطمه صهبا	۹-۱۱
کارگاه‌ها	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
روش‌های مطالعه	۸۵/۸/۹	۱	خانم مریم احمدی	۹-۱۲
چگونه با عواطف خود کنار بیاییم (ویژه‌ی نوجوانان)	۸۵/۸/۱۸	۱	خانم دکتر فاطمه قاسم‌زاده	۴-۶
انضباط	۸۵/۹/۱۴	۱	خانم مریم احمدی	۹-۱۲
چگونه خشم خود را بشناسیم و کنترل کنیم (ویژه‌ی نوجوانان)	۸۵/۹/۱۶	۱	خانم مریم احمدی	۴-۶
برنامه‌ریزی	۸۵/۱۰/۱۲	۱	خانم مریم احمدی	۹-۱۲
ارتباط با بزرگ‌ترها (ویژه‌ی نوجوانان)	۸۵/۱۰/۲۸	۱	خانم فاطمه ایرانپور	۴-۶
هدفمندی	۸۵/۱۱/۱۷	۱	خانم مریم احمدی	۹-۱۲
نه گفتن	۸۵/۱۲/۸	۱	خانم مریم احمدی	۹-۱۲

برای اطمینان از به حد نصاب رسیدن کلاس‌ها و زمان قطعی تشکیل دوره‌ها با موسسه تماس بگیرید.

● برنامه‌های موسسه مادران امروز در سایر مراکز

۸۵/۷/۲۷ - ضرورت آموزش خانواده (خانم فاطمه ایرانپور) - دبیرستان پاک‌نژاد (منطقه‌ی ۲)
۸۵/۸/۸ - تشویق و تنبیه (خانم فاطمه صهبا) - مهدکودک ساترا
۸۵/۸/۱۳ - رفتار با کودک (خانم فاطمه صهبا) - آشیانه کودک

● تسلیت

● به دوستان عزیز

خانم دکتر سودابه جولایی و آقای ناصر بحرانی، خانم افسانه شهرزاد و همسرشان آقای کمال سمگانی، خانم اشرف شهرزاد و همسرشان آقای حسین دانش، خانم توران ریسی و آقای محمد احمد پناهی سمنانی که عزیزانشان را از دست داده‌اند و همچنین به خانواده‌ی شورای کتاب کودک که دو تن از یاران خود، خانم مریم واعظی و آقای جعفر پایور را از دست داده‌اند تسلیت می‌گوییم. برای این دوستان و سایر اعضای خانواده‌هایشان آرزوی صبر، سلامتی و تندرستی داریم.

● سخنرانی ماهانه‌ی مهر

موضوع: کمک به فرزند برای یادگیری بیشتر

کارشناس: آقای اسفندیار معتمدی

خلاصه‌ای از مطالب مطرح شده در جلسه‌ی ۸۵/۷/۴:

دانش آموزان چگونه می‌توانند مطالب را به خوبی یاد بگیرند، به آموزه‌های خود عمق بخشند و در مدرسه موفق شوند؟ دست یافتن به این هدف‌های عالی، به عوامل زیادی بستگی دارد، از جمله: سلامتی جسمانی، آماده بودن از نظر احساسی و اجتماعی، داشتن مهارت‌های زبانی و داشتن دانش عمومی از جهان.

برخورداری از سلامتی مطلوب جسمانی و بهداشتی

اگر دانش آموز از غذای مناسب و کافی برخوردار باشد، به حد کافی ورزش کند و مرتب از سوی پزشک معاینه شود، می‌تواند شروع زندگی خوبی داشته باشد و احتمال این که در آینده با مشکل‌های جدی در زمینه سلامتی و یادگیری روبه‌رو شود ناچیز است.

آماده کردن کودک از نظر عاطفی و اجتماعی

کودکان، مدرسه را با درجه‌های متفاوتی از بلوغ عاطفی و اجتماعی آغاز می‌کنند. فراگیری این ویژگی‌ها به زمان و تمرین نیاز دارد. در منزل به کودک فرصت دهید تا بتواند ویژگی‌های مثبت زیر را در خود به وجود آورد.

– اعتماد به نفس: کودکان باید احساس خوبی نسبت به خود داشته باشند و باور داشته باشند که می‌توانند موفق باشند. کودکانی که به خود اعتماد دارند آمادگی بیشتری برای انجام دادن کارهای جدید دارند و در صورت عدم موفقیت در بار نخست، بار دیگر تلاش کنند.

– استقلال: کودکان باید یاد بگیرند کارها را خود به صورت مستقل انجام دهند.

– انگیزه: کودکان بایستی بخواهند که بیاموزند.

– کنجکاوی: کودکان در اصل کنجکاو هستند و برای این که بتوانند از فرصت‌های فراگیری بیشتری استفاده را ببرند، بایستی همچنان کنجکاو باقی بمانند.

– پشتکار: کودکان باید یاد بگیرند کاری را که شروع کرده‌اند به پایان برسانند.

– همکاری: کودکان باید بتوانند با دیگران مدارا کنند و یاد بگیرند در کارها سهیم شوند و منتظر نوبت خود باشند. – تسلط بر خود: کودکان باید یاد بگیرند که راه‌های خوب و بدی برای ابراز عصبانیت وجود دارد. آنان باید درک کنند که برخی از رفتارها از قبیل زدن و گاز گرفتن دیگران حرکت‌های قابل قبولی نیستند.

– همدردی: کودکان باید نسبت به دیگران علاقه نشان دهند و احساس آنان را درک کنند. اگر شما درباره کارهای گوناگون با دیگران مشورت کنید، کودکان شما نیز می‌آموزند که به نظر و احساس دیگران احترام بگذارند.

در این جا راه‌هایی پیشنهاد می‌شود که به شما کمک می‌کند این ویژگی‌ها را در کودک خود به وجود آورید یا تقویت کنید. * به کودک خود نشان دهید که نگران وضعیت او هستید و او

می‌تواند به شما امیدوار باشد. کودکانی که احساس می‌کنند مورد توجه قرار دارند، اعتماد بیشتری به خود دارند. کودک شما باید معتقد باشد هر آنچه که پیش بیاید، کسی هست که مراقب اوست. به کودک خود توجه کافی داشته باشید، او را تشویق کنید و به او فرصت دهید ابراز وجود کند. * برای او الگوی خوبی باشید. کودکان هر آنچه را می‌بینند و یا می‌شنوند تقلید می‌کنند. زمانی که شما ورزش می‌کنید و یا غذای مناسب می‌خورید کودک شما به احتمال بیشتر کار مشابهی انجام خواهد داد. زمانی که با دیگران با احترام رفتار می‌کنید او نیز رفتار مشابهی خواهد داشت، اگر در زمینه‌های مختلف با دیگران همکاری می‌کنید، کودک شما نیز چنین خواهد کرد و یاد می‌گیرد به احساس دیگران احترام بگذارد. * به او فرصت تکرار بدهید. کودک وقتی چیزی را تکرار می‌کند خسته نمی‌شود. در عوض، با تکرار کردن یک چیز تا زمانی که آن را یاد بگیرد، اعتماد به نفس را در خود تقویت می‌کند که برای انجام دادن کارهای جدید به آن نیاز دارد. * از انضباط مناسب استفاده کنید. تمام کودکان نیاز دارند که حدودی برای آنان تعیین شود. کودکانی که والدین آن‌ها انضباط را با عشق می‌آموزند، به طور معمول مهارت‌های اجتماعی بهتری در خود ایجاد می‌کنند و در مدرسه بهتر از کودکانی عمل می‌کنند که والدین آنان محدودیت‌های بسیار اندک یا بسیار زیاد برقرار می‌کنند. به چند پیشنهاد زیر توجه داشته باشید.

– به فعالیت‌های کودک خود جهت بدهید، ولی بیش از اندازه ریاست به خرج ندهید.

– زمانی که از کودک خود می‌خواهید کاری انجام دهد، دلیل‌های مربوط به آن کار را برایش تشریح کنید. برای مثال، بگویید ماشین بازی ات را از روی پله‌ها بردار تا کسی نیفتد و نگویید آن را بردار زیرا من می‌گویم.

– به حرف‌های کودک خود گوش کنید تا بفهمید چه احساسی دارد و آیا به حمایت ویژه‌ای نیاز دارد.

با او در مورد کارهای هیجان‌انگیزی که او می‌تواند در مدرسه انجام دهد، مانند فعالیت‌های هنری، خواندن و بازی کردن، صحبت کنید.

– زمانی که از دست او عصبانی هستید نشان دهید که او را دوست دارید. به او احترام می‌گذارید. از رفتار، او نه از خود او انتقاد کنید. برای مثال بگویید دوستت دارم ولی کار درستی نیست که روی دیوار نقاشی کنی. وقتی دست به چنین کاری می‌زنی من عصبانی می‌شوم.

– به کودک خود کمک کنید تا مسائل را انتخاب و آن‌ها را حل کند. برای مثال می‌توانید از کودک خود بپرسید. چه کار باید بکنیم تا برادرت آجرهای بازی تو را به هم نریزد.

– مثبت و مشوق باشید. اگر کاری را به خوبی انجام داد، از او تعریف کنید. لبخند زدن و تشویق کردن برای شکل بخشیدن به رفتار او از تنبیه سخت بسیار مفیدتر است.

– اجازه دهید کودک شما خود به انجام کارهای متعدد بپردازد. حرکات و رفتار کودکان کوچک را بایستی زیر نظر داشت. به هر

حال، با انجام کارهایی از قبیل پوشیدن لباس و قرار دادن اسباب‌بازی‌ها در جای خود، آن‌ها می‌توانند یاد بگیرند که مستقل عمل کنند و به این صورت می‌توانند در خود اعتماد به نفس به وجود آورند. لازم است به او اجازه دهید حق انتخاب داشته باشد و نه این که در تمام موارد به جای او تصمیم‌بگیرید. - کودک خود را تشویق کنید با کودکان دیگر بازی کند و مدتی را با بزرگسالانی بگذراند که اعضاء فامیل به شمار نمی‌آیند. کودکان دبستانی به فرصتهایی نیاز دارند تا روابط اجتماعی را بیاموزند و با دیدگاه‌های دیگران آشنا شوند. اگر کودکان کم سن و سال تجربه ارتباط با کودکان و بزرگسالان مختلفی را داشته باشند به احتمال بیشتری با معلمان و همکلاسی‌های خود ارتباط مثبت برقرار می‌کنند. - نگاه مثبت خود را به مدرسه و یادگیری به او نشان دهید. کودکان با نیاز بسیار شدید به کشف کردن و کنجکاوی کردن به این جهان پا می‌گذارند. اگر می‌خواهید کودک شما کنجکاوی خود را حفظ کند، بایستی او را تشویق کنید. اگر به کارهای او علاقه‌مندی نشان دهید (برای مثال بگویید نقاشی قشنگی کشیده‌ای) به او کمک می‌کنید به کارهایی که انجام می‌دهد افتخار کند.

- کودکان در صورتی از رفتن به مدرسه خوشحال و هیجان زده می‌شوند که والدین آنان نیز نسبت به این گام بزرگ به هیجان درآیند. هنگامی که کودک شما آماده رفتن به مدرسه می‌شود، در مورد مدرسه با او گفت و گو کنید. در مورد کارهایی که او در مدرسه انجام خواهد داد؛ مانند فعالیت‌های هنری، خواندن و بازی کردن با او گفت و گو کنید. زمانی که درباره کارهای مهمی که از آموزگار خود یاد گرفته است، مثل چگونه بخواند، چگونه بشمارد و چگونه چیزها را اندازه گیری و وزن کند، گفت و گو می‌کند احساس شادی خود را نشان دهید.

زبان آموزی و دانش عمومی

مهارت‌های زبانی فقط زمانی در کودکان رشد می‌کند که فرصت‌های گوناگونی برای سخن گفتن، گوش دادن و استفاده از زبان برای حل مشکلات و آموختن درباره جهان داشته باشند. شمامی‌توانید کارهایی انجام دهید که به زبان آموزی او کمک شود. - به کودک خود فرصت دهید بازی کند. کودکان با بازی کردن می‌توانند مطالب زیادی یاد بگیرند. بازی کردن یک راه طبیعی برای آنان است تا کنجکاوی کنند، به اکتشاف بپردازند، مطالبی بیاموزند، داستان بگویند و مهارت‌های اجتماعی را در خود به وجود آورند. بازی کردن همچنین می‌تواند به کودکان کمک کند تا روش حل کردن مسئله را بیاموزند.

- با کودک خود سخن بگویید. کودک شما نیاز دارد صدای شما را بشنود. صدای رادیو و تلویزیون نمی‌تواند جای صدای شما را بگیرد. هر چه بیشتر با کودک خود سخن بگویید، بیشتر یاد می‌گیرد و همین‌طور که بزرگ‌تر می‌شود با شما بیشتر سخن می‌گوید. فعالیت‌های روزمره فرصتهایی به وجود می‌آورد تا کودک خود درباره آن چه که در اطرافش روی می‌دهد، سخن بگوید. به سخنان کودک خود گوش فرا دهید. کودکان افکار، احساسات، شادی، اندوه، امید و ترس خاص خودشان را دارند.

در حالی که مهارت‌های سخن گفتن در کودک شما پیشرفت می‌کند، او را تشویق کنید افکار و احساسات خود را بازگو کند. گوش دادن، بهترین روشی است که می‌توانید پی ببرید که در مغز او چه می‌گذرد و کشف کنید او چه مطالبی را می‌داند و چه مطالبی را نمی‌داند و چگونه فکر می‌کند و درحال یادگیری چه مطالبی است. به علاوه با این کار به او نشان می‌دهید که احساسات و افکار او ارزشمند هستند.

به پرسش‌های کودک خود پاسخ دهید

- پرسیدن روش خوبی برای کودک شما است تا یاد بگیرد چیزها را با هم مقایسه و طبقه بندی کند، چیزهایی مانند لباس‌های مختلف، برگ‌های مختلف و غذاهای مختلف. با تفکر به پرسش‌های کودک خود پاسخ دهید و در صورت امکان او را تشویق کنید خودش پاسخ پرسش‌هایش را بگوید. اگر پاسخ پرسش‌های او را نمی‌دانید به او بگویید نمی‌دانم، سپس خود سعی کنید جواب‌ها را با همراهی کودک خود پیدا کنید. - هر روز مطالبی را با صدای بلند برای کودک خود بخوانید. کودکان در هر سنی دوست دارند مطالبی برایشان خوانده شود. به یاد داشته باشید هر چند کودک شما نمی‌تواند داستان یا شعری را که می‌خوانید به خوبی درک کند، ولی خواندن مطالبی به اتفاق یکدیگر این فرصت را برای او فراهم می‌کند که زبان را یاد بگیرد و از شنیدن صدای شما لذت ببرد. برای این که کودک شما از خواندن یک مطلب لذت ببرد، شما فرصتی برای او فراهم کنید که بتواند خواندن را با تجربه‌های گرم با شما بودن پیوند بزند، می‌توانید عشق به خواندن را برای همیشه در او ایجاد کنید. برای این که کودک شما از خواندن یک مطلب لذت ببرد، با دقت به او گوش دهید. از نوع برنامه‌هایی که در تلویزیون مشاهده می‌کند آگاه باشید. برنامه‌های تلویزیونی خوب می‌تواند فرزند شما را با جهان‌های جدید آشنا کند و میزان یادگیری او را افزایش دهد، ولی دیدن برنامه‌های ضعیف و دیدن تلویزیون به میزان زیاد می‌تواند مضراتی را دربرداشته باشد. این دیگر به شما مربوط است که اجازه دهید کدام برنامه تلویزیون را مشاهده کند و چه میزان از وقت خود را صرف دیدن تلویزیون کند. فرصت‌هایی فراهم کنید تا کودکان بتواند فعالیت‌های جدیدی انجام دهد و چیزهای تازه‌ای ببیند. هر چه او تجربه‌های جدیدی داشته باشد، چیزهای بیشتری درباره جهان پیرامون خود یاد می‌گیرد. هر کجا که زندگی می‌کنید، جامعه شما می‌تواند تجربه‌های جدیدی برای آموزش او داشته باشد. به پیاده روی بروید و یا سوار اتوبوس واحد شوید و به موزه‌ها، کتابخانه‌ها و باغ وحش و دیگر جاهایی که مورد علاقه اوست بروید. اگر در شهر زندگی می‌کنید یک یا دو روز را در حومه شهر بگذرانید و اگر در حومه شهر به سر می‌برید روزی را در شهر بگذرانید، بگذارید کودک شما به موسیقی گوش کند و نقاشی کند. به او اجازه دهید در فعالیت‌هایی مشارکت کند که باعث پیشرفت قوه تخیل او می‌شوند و اجازه دهید احساسات و نظرات خود را بیان دارد.