

بخش اول

---

کیسه های نوبیا



## مقدمه

باید به کودکان فرصت های زیادی برای رسیدگی به طیف وسیعی از مطالب داده شود. با کار کردن با آنها، طبیعت و ویژگی های آنها را کشف می کنیم.

کودکان نیاز به حرکت و کاوش دارند و این تعامل بین کودک و محرک است که اشکال بیان مناسبی را ایجاد می کند.

کیسه لوبیا، که به طور موثر استفاده می شود و می تواند توانایی های ادراکی حرکتی را تقویت کند. نرم و مسطح بودن آن نسبت به سایر ابزارهای دستکاری مزایای بالایی دارد. پرتاب و گرفتن کارهایی هستند که نیاز به تمرین قابل توجهی دارند. به دلیل شکل آن، کیسه لوبیا به راحتی توسط چشم قابل ردیابی است. تمرین عضلات چشم و توسعه هماهنگی چشم و دست از اهمیت بالایی برخوردار است.

اگرچه حرکت با تناسب اندام مرتبط است، اما هدف نهایی آن بیشتر توسعه منابع کودک و تا حد امکان کامل کردن آن است. کیسه لوبیا انعطاف پذیر است و به راحتی می توان آن را دستکاری کرد، در نتیجه عضلات انگشتان و بازوهای مورد استفاده در نوشتن را تقویت می کند. همانطور که کودک کیسه لوبیا را به دست می گیرد و دستکاری می کند، می تواند در مورد اعمال خود صحبت کند، در نتیجه زبان بیانی را در رابطه با محیط خود توسعه می دهد.

کیسه لوبیا مانند یک توپ وهم آمیز، دست ها را دچار سوزش نمی کند، نمی پرد و نمی چرخد، و برای استفاده و کنترل ایده آل است. اندازه و شکل آن باعث می شود که به راحتی در قسمت های مختلف بدن متعادل شود. همه به فرصتی برای تمرین موفقیت نیاز دارند. از آنجایی که کیسه لوبیا قابل کنترل است، کودک می تواند آن را با موفقیت پرتاب کند و بگیرد، در نتیجه اعتماد به نفس و توانایی مدیریت اعمال خود را در خود ایجاد می کند.

کودکان خردسال تمایل دارند به بازی های موازی و درگیر با دنیای خصوصی خود بپردازند. کیسه های لوبیا را می توان به صورت جداگانه یا به عنوان یک فعالیت کلی در کلاس استفاده کرد. بطور کلی مشارکت کودکان از بازی انفرادی به بازی گروهی پیشرفت می کنند. بازی گروهی این روابط را گسترش می دهد و کودکان خردسال زندگی با دیگران را یاد می گیرند. آنها با مشارکت فعال در این فعالیت ها می آموزند.

## چالش کلامی

ابتدایی ترین روش آموزش حرکات ، کشف و حل مساله در پاسخ به یک چالش کلامی است. چالش های کلامی منجر به رشد زبان ، تفکر و خلاقیت در طرح ریزی حرکات پایه بدن می شود. هر چالشی می تواند منجر به خلاقیت های متنوعی برای کودک شود بنابراین موفقیت نسبی هر کودکی امکان پذیر است. این وظیفه درمانگر است، مادامی که مشکلات درکی حرکتی را به وسیله ی چالش کلامی حل می کند، میزان احساس موفقیت و کمال کودک را ارزیابی کند.

## چالش های اساسی پیشنهادی

در صفحات بعدی در بخش های ۱ و ۲، چالش های اساسی پیشنهادی متعددی برای هر فعالیت حرکتی به شما ارائه کرده ایم. (این چالش ها به زبان کاملاً ساده شرح داده شده اند تا در مواقع لزوم بتوانید برای مراجع کننده ی خود استفاده کنید) بطوری که هر کدام از آنها به صورت یک سوال مطرح شده اند مانند: " به من نشان بده چطور می توانی...." یا "آیا شما میتوانید؟...." و "چگونه می توانی؟" و می تواند به راحتی مورد استفاده قرار بگیرند. هدف نهایی این است که کودکان را برای حل مشکلات و مسائل آماده کنیم، توانایی شان را برای قضاوت و عکس العمل در مقابل قضاوت ها تقویت کنیم و همچنین به کودکان برای تفکر در فرایند یادگیری کمک کنیم. درمانگر بطور پیوسته در حال تشویق و تمجید کودک و به دنبال شواهدی برای تفکر خلاق در کودکان است.

## موفقیت

موفقیت توسط خود کودک به دست می آید و هر چه او در مهارت های متفاوت به موفقیت های کوچک دست می یابد، قابلیت هایش مانند توانایی گوش دادن ، پیروی از نشانه ها و خلاقیت رشد می کنند، و در نهایت همانطور که ما می خواهیم، تبدیل به فردی هوشیار ، با اعتماد به نفس ، متفکر و خلاق می شود.

## اهداف

- ۱) ارتقای توانایی های ادراکی-حرکتی هماهنگی چشم و دست، تعادل، سوپرتری (برتری جانبی)، آگاهی از بدن و فضا.
- ۲) تقویت عملکرد حسی - به ویژه بینایی، شنوایی، لمس و حرکتی.
- ۳) تقویت مهارت گوش دادن و تمرکز.
- ۴) ایجاد فرصت برای دستکاری و کشف استفاده از یک شی خاص (کیسه لوبیا) برای کودکان.
- ۵) ارائه فعالیت های حرکتی سرگرم کننده و چالش برانگیز که در آن کودکان می توانند موفق باشند.

## شروع کار

- ۱) هر کودک باید کیسه لوبیا خود را داشته باشد.
- ۲) کودکان را در یک آرایش «پراکنده» گروه بندی کنید و هر کودک در "حریم شخصی" خود کار کند. هر کودک باید فضای کافی در اطراف خود داشته باشد تا بتواند راحت حرکت کند.
- ۳) کودکان بسته به فعالیت می توانند بایستند، زانو بزنند، بنشینند یا به پشت بخوابند.
- ۴) کودکان با کار مستقل شروع می کنند اما بعداً تشویق می شوند تا با همبازی (یار) خود کار کنند.
- ۵) درگیری فیزیکی و تمرکز ذهنی کلید موفقیت است.
- ۶) در مورد مسیرها دقیق باشید و از واژگان ثابت استفاده کنید.
- ۷) نحوه گرفتن کیسه لوبیا را با انگشتان نشان دهید. از کودکان بخواهید آن را فشار دهند و احساسش را شرح دهند

۸) هر کودک باید به اندازه کافی نزدیک باشد تا چالش های کلامی ارائه شده توسط معلم را بشنود. یک سوت برای توقف فعالیت کمک کننده است.

۹) برای تمرین یک مهارت زمان کافی در نظر بگیرید. پاسخ های کودکان بهترین شاخص برای اندازه گیری طول یک فعالیت قبل از ارائه یک کار جدید است.

## تجهیزات

تمام چیزی که برای فعالیت های کیسه لوبیا نیاز دارید، کیسه های لوبیا، لاستیک های دوچرخه، حلقه ها، توری و اشکال هندسی است. برخی از تجهیزات را می توانید خودتان بسازید. با این حال، بیشتر تجهیزات، (نه همه اقلام)، مورد نیاز را می توان به راحتی از فروشگاه لوازم مدرسه یا مستقیماً از ناشر خریداری کرد (به صفحه ۵۸ مراجعه کنید).

## کیسه های لوبیا

کیسه های لوبیا را می توان توسط والدین و کودکان تهیه کرد. کودکان می توانند تجربه ارزشمند اندازه گیری، برش و دوخت را داشته باشند.

روش کار:

الف) از پارچه های بادوام سنگین مانند پارچه بادبانی، جین یا کرباس استفاده کنید.

ب) ترجیحاً با قیچی دندانه دار، دو مربع ۸ اینچ در ۸ اینچ از پارچه را ببرید.

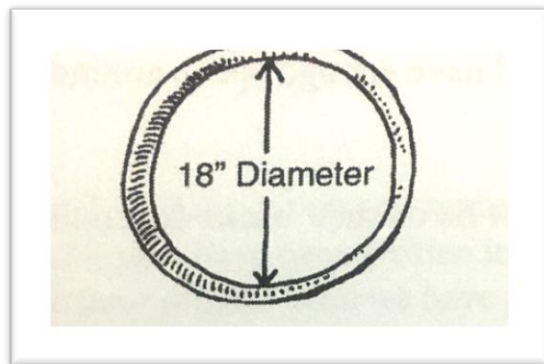
ج) دور مربع ها را به صورت درز نیم اینچی با چرخ خیاطی یا دست بدوزید و یک دهانه ۲ اینچی برای پر کردن باقی بگذارید.

د) درز را با لوبیاهای کوچک یا برنج پر کنید.

ه) دهانه ۲ اینچی را کوک بزنید و ببندید.

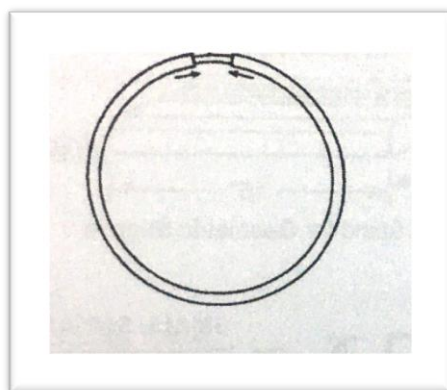
## لاستیک های دوچرخه

از لاستیک های دوچرخه با قطر ۱۸ اینچ استفاده کنید. آنها به راحتی در دوچرخه فروشی های محلی در دسترس هستند.



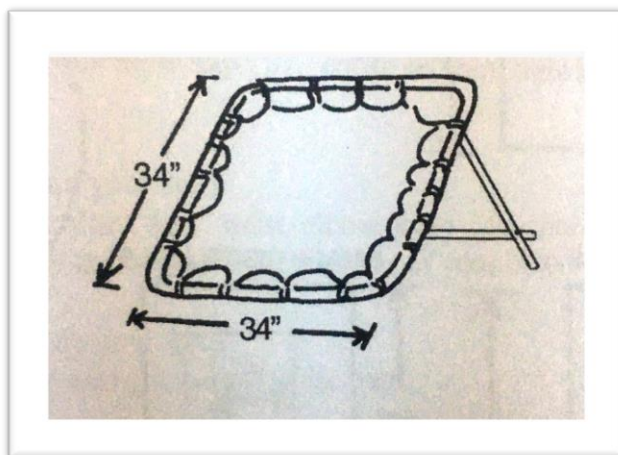
## حلقه ها

حلقه ها را می توان به راحتی از لوله پلاستیکی مشکی ۳/۴ اینچی ساخت. لوله همان لوله ای است که برای سیستم های آب پاش استفاده می شود و به طور کلی در رول های ۱۰۰ فوتی موجود است. لوله را به طول ۸ فوت برش دهید و دو انتهای برش خورده را هم وصل کنید. یک کوپلینگ پلاستیکی، یا قطعات رولپلاک چوبی را در دهانه های انتهایی قرار دهید.



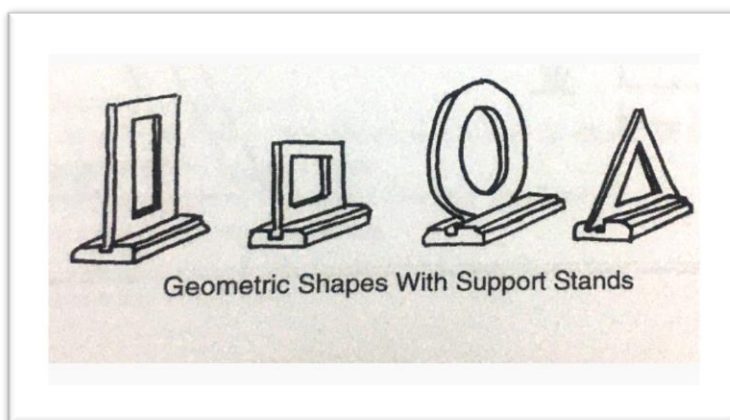
## تور ریباند

تورهای ریباند می توانند تقریباً ۳۴ اینچ مربع یا بزرگتر باشند. آنها را می توان در اکثر فروشگاه های بزرگ با نام هایی مانند «گام خور پیچک سه کاره» و غیره یافت.



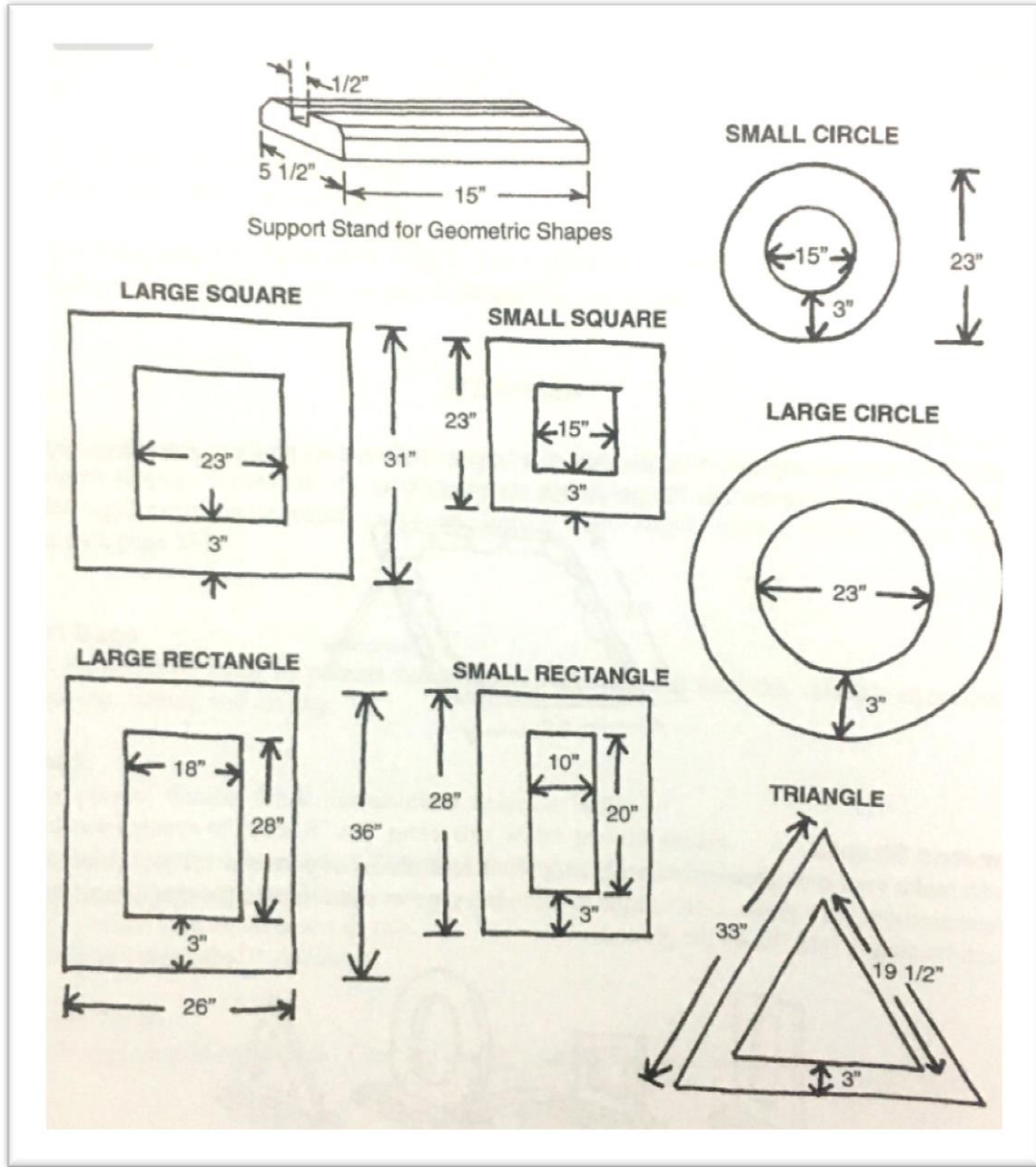
## شکل های هندسی

شما می توانید اشکال هندسی خود را از ورق های ۸×۴ فوتی و تخته سه لا به ضخامت نیم اینچ بسازید. از اندازه گیری های ما به عنوان راهنما استفاده کنید، فراموش نکنید که یک پایه نگهدارنده برای نگه داشتن شکل ها به صورت عمودی تهیه کنید، یا می توان آنها را به سادگی روی زمین قرار داد.



اشکال هندسی با پایه های نگهدارنده





دایره کوچک	دایره بزرگ
پایه پشتیبانی برای اشکال هندسی	مستطیل بزرگ
مربع بزرگ	مستطیل کوچک
مربع کوچک	مثلث