

## أنشطة أمومية لتنمية ذكاء طفلك



«لا يقتصر دورك كأُم على الرضاعة والتحميم وتغيير الحفاضات والتنويم، بل يتعداه إلى مساعدة عقل الصغير على النمو. يمكنك بأنشطة بسيطة ودائمة أن تساعدي طفلك أن تتطور قدراته العقلية.

إليك قائمة بالأنشطة التي يمكنك القيام بها مع ابنك:

تحدثي إليه حديثاً ذا معنى: كأن تقولي له بطريقة واضحة وبصوت مرتفع وبطيء "ابني حبيبي" أو "حبيب ماما". فالمنطقة المسؤولة عن الفهم واللغة في الدماغ تحتاج إليك لتعريفها الكلمات والمعاني.

العب مع ألعاب باستخدام اليدين: تلك الألعاب البسيطة مثل أن تخبئي وجهك بين يديك ثم تكشفيها فيضحك، أو تلعي "فين البيضة" على أصابعه. الأطفال يتعلمون من تلك الألعاب التكرارية البسيطة.

علميه حب الكتب منذ الصغر: اشترى له الكتب الكبيرة ذات الصور والألوان الزاهية. مثلاً، اشترى له كتاب فيه رسومات كارتونية للحيوانات، وقومي بتقليد أصوات تلك الحيوانات مع الإشارة لشكل الحيوان في الكتاب.

استغلي وقت تغيير الحفاضات: المسي جسد ابنك ربتى على شعره وبطنه وذراعيه.. ربتى عليها بحنو، فقد أثبتت الدراسات أن الطفل المحروم من اللمس يكون دماغه أقل حجماً.

اختاري ألعاب مناسبة: كوني حريصة في شراء ألعاب تناسب المرحلة العمرية التي يمر بها ابنك. فاللعب والألعاب لها دور عظيم في تطوير قدراته العقلية والبدنية أيضاً.

قومي بعمل مساج يومي لطفلك: فالأبحاث تؤكد أن اللمس بحنان ورقة تساعد الطفل على النمو أسرع

وتولد بداخله الاطمئنان والثقة.

غذّي له: بالتأكيد تستخدمين الغناء أثناء محاولات إسكاته وهو يبكي أو مع الهددة وأن تحاولين أن تنيميّه. لست بحاجة لسبب أن تغني لطفلك وهو هادئ ومطمئن. سيسعد كثيراً وهو يسمع الغناء، وسيتعلم منه الكلام والأصوات والنعلمات.

استثمري وقت الأكل: قولبي له بصوت عالٍ وواضح وبطيء أسماء الأطعمة التي يتناولها مع الإشارة إليها. اتركيه يحاول أن يأكل بنفسه ولا تنزعجي من الفوضى التي سوف يحدثها.

أوقات محددة للنوم: إذا نجحت في تعويد ابنك على النوم في مواعيد محددة - وبالمناسبة يمكنك ذلك - فسوف تكونين قد قدمتي له خدمة جليّة لجسمه وعقله الصغيرين، فالنوم هو الفترة التي يكتسب فيها العقل خبرات اليوم كلّها وتطورات مهارات الطفل، وبالطبع يرتاح الجسم. ▶

المصدر: كتاب اكتشاف مواهب طفلك