

me fëmijën tuaj;

Aktivitete për fëmijët 0– 12 muajsh

Imitimi i tingujve

Për të stimuluar zhvillimin gjuhësor të fëmijës ju mund të zhvilloni lojëra me fëmijën tuaj duke imituar tinguj të ndryshëm si tingujt e kafshëve si: “mu”, “be”, “hum” etj, objekteve si: tingulli i makinës, motorrit etj.

Aktivitete ndijore

Lojrat ndijore janë shumë të rëndësishme për të zhvilluar aftësitë sensoriale të fëmijët 6 muajsh deri në 1 vjeç. Lojra të tilla ndihmojnë fëmijët të njohin dhe dallojnë objektet nga njëri-tjetri dhe përbërjet e tyre. Në kushtet e shtëpisë mund të përdorni mjete të tilla si gurë, dhe, ujë, oriz, miell etj.

Loja e pasqyrës

Faza e pasqyrës është shumë e rëndësishme në procesin e zhvillimit të fëmijës. Zakonisht fëmijët fillojnë të njohin imazhin e vetes në pasqyrë rreth moshës 8 muajshe. Vendoseni fëmijën tuaj përballë një pasqyre. Do të shikoni që fëmija fillimisht do të shikojë imazhin e vetes. Disa fëmijë mund të thonë “bebi” dhe të mos e kuptojnë që imazhi në pasqyrë është i tij. Tregojini fëmijës që imazhi në pasqyrë është vetë ai.

Aktivitete për fëmijët 12-36 muajsh

Loja “Ta, Ta”

Uluni me fëmijën dhe luani lojën “Ta - Ta” duke mbuluar fytyrën tuaj me duar. Sapo fëmijë të fillojë të kuptoj lojën, inkurajojeni të ndjekë edhe ai lojën duke mbuluar fytyrën e tij me duar.

Vazhdoni duke u fshehur mbrapa objekteve si: pemë, tavolinë, perde etj, duke i thënë shpesh fëmijës “ta, ta”.

Loja me top

Uluni në tapet përballë fëmijës duke i vendosur këmbët në formë ‘V’, ose në gjunjë nëse ky pozicion është më i rehatshëm për ju. Sigurohuni që fëmija juaj të jetë në po të njëjtin pozicion dhe përballë jush. Hidhni topin në drejtim të fëmijës dhe kërkonte që fëmija ta kthejë mbrapsht atë.

Këngët lëvizore

Në programin e edukimit që zhvillohen në çerdhjet publike të Bashkisë Tiranës, një pjesë të rëndësishme kanë dhe këngët lëvizore të cilat ju mund ti siguronin nga edukatorët e fëmijës suaj.

Loja me “ fluskat e sapunit”

Bëni disa fluska sapuni përballë fëmijës suaj dhe inkurajoheni atë ti kap ato. Nëse fëmija juaj po ecën ose vrapon sigurohuni që të mos ketë objekte të rrezikshme përreth.

Loja në natyrë. Kalimi nga ekranet në lojën e vërtetë.

" Çdo fëmijë duhet t'i jepet mundësia të luajë në natyrë. Koha optimale që një fëmijë duhet të luajë në mjedise të hapura është të paktën 40 min në ditë."

Mjediset e jashtme konsiderohen si vende të hapura që ndryshojnë vazhdimisht. Në këto vende fëmijët ndihen të lirë, të zhvillojnë aftësitë fizike pasi mund të vrapojnë, hidhen dhe vendosin kontakt me elementët e natyrës.

Duke luajtur në mjedise jashtë banesës fëmijët përfitojnë prej rrezeve të diellit, elementëve të natyrës dhe ajrit të pastër, të cilët kanë ndikim të rëndësishëm në zhvillimin e mushkërive, rritjen e imunitetit dhe në aktivitetin fizik.

Nevoja për t'u marrë më shpesh me aktivitet fizik që në moshë të hershme lidhet shumë me jetën gjithnjë e më shumë sedentare si dhe me rritjen e obezitetit dhe mbipeshës.

Gjithashtu, loja në natyrë ndikon në rritjen përqendrimit dhe mirëqënies së fëmijëve.



Qendra Ekonomike e Zhvillimit dhe Edukimit të Fëmijëve (QEZHEF)
Adresa: Rruga e Barriadave, Tiranë

Tel: +355 4 2222

991

e-mail:

femijet@tirana.al

Website:

femijetetiranes.al

Facebook:



Bashkia Tiranë Qendra Ekonomike e Zhvillimit dhe Edukimit të Fëmijëve **Fëmijët dhe loja**



Si të luani me fëmijën tuaj që ai/ajo të mësojë?

Këshilla për prindërit

Çfarë është loja? "Si të kuptojmë botën e një fëmije"?

Loja konsiderohet si një pjesë e rëndësishme në zhvillimin e fëmijëve. Fëmijët mësojnë për botën përmes lojës. Fëmijët janë qenie sociale të cilat dëshirojnë të ndërveprojnë dhe komunikojnë. Kur fëmijët luajnë ata mësojnë për veten dhe për të tjerët. Nëse fëmijët kanë një "punë" ajo është loja. Përmes lojës ata janë në gjendje të vetërregullojnë gjendjen e tyre emocionale, të bashkëveprojnë me bashkëmoshatarët, edukatorët, dhe mjedisin rrethues. Loja është pjesa më e mrekullueshme e një fëmije.

Fëmijët luajnë në mënyrë spontane, në lojë tregojë atë çfarë ata dinë për botën, mënyrën se si i perceptojnë situatat dhe kjo është diçka që u përket tërësisht dhe vetëm atyre.

Loja është konsideruar si puna dhe ushqimi i fëmijëve. Është profesioni i tyre. " Është objektivi përmes së cilit fëmijët përjetojnë botën e tyre dhe atë të të tjerëve."(Goldstein, 2012, p. 4)

Fëmijët si natyrë janë kurioz dhe të gatshëm për të eksploruar. Për këtë arsye, loja e fëmijëve tenton të jetë spontane dhe e ndryshueshme. Nuk ka të drejta apo të gabuara në lojë, prindërit, edukatorët duhet tu sigurojnë fëmijëve të gjitha lehtësitat që ata të mund të luajnë.



Loja dhe zhvillimi: (Fëmijët rriten dhe qasja e tyre ndaj botës ndryshon).

Zhvillimi kognitiv dhe gjuhësor. (Të flasësh, të mendosh, të krijosh.)

Loja ndihmon në zhvillimin e bazave të gjuhës, pasi nivelet e mëvonshme të të nxënimit ndërtohen mbi ato fillestare.

Proceset kognitive që përfshihen gjatë lojës janë të ngjashme me ato që aktivizohen gjatë të nxënimit, si : motivimi, të kuptuarit, përsëritja, vetërregullimi dhe të menduarit abstrakt.

Ndikimi i lojës në gjendjen emocionale

Loja redukton frikën, ankthin, stresin dhe zemërimin.

Krijon lumturi, vetëvlerësim pozitiv dhe ndihmon në procesin e rritjes.

Nxit fleksibilitetin emocional dhe praktikitetin.

Rrit qetësinë dhe aftësinë për t'u përshatur dhe përballur me situata të papritura.

Loja shërben si një shkarkues emocional.

Përfitimet sociale të lojës:

Rrit ndjenjën e empatisë dhe mëshirës.

Krijon mundësi dhe zgjedhje.

Modelon marrëdhënien e bazuar në përfshirje e integrim.

Nxit aftësitë joverbale.

Rrit atashimin dhe vëmendjen.

Përfitimet fizike të lojës:

Emocionet pozitive rrisin efikasitetin e sistemit kardiovaskular.

Ul nivelet e stresit, lodhjes, dhimbjes dhe depresionit.

Ndikon në rritjen e koordinimit, ekulibrit, fleksibilitetin në motorikën fine dhe globale.

Sipas terapistit të lojës O. Fred Donaldson,

"Një fëmijë i cili është lejuar të luaj ka shumë avantazhe më vonë. Ai zhvillon aftësi gjuhësore universale. Loja zhvillon aftësitë kreative dhe imagjinatën. Loja prodhon gëzim, i cili është shumë i rëndësishëm për vetëvlerësimin dhe shëndetin e fëmijës".

Ajo çfarë mund të bëni për t'i dhënë mundësi fëmijës të luaj është që:

Sigurohuni që fëmija juaj të ketë hapsirën e nevojshme për të zhvilluar lojën e tij.

Siguroni që mjedisi ku fëmija të luaj të jetë i sigurt dhe përreth tij të mos ketë mjete të rrezikshme që mund të çenojnë mirëqënien e tij fizike.

Ofronini fëmijës një shumëllojshmëri objektesh dhe lojrash si pazëlla, kuba, lego, kukulla, makina etj. Sa më shumë lodra që fëmija të ketë aq më e larmishme do jetë loja e tij dhe interesi i tij ndaj lojës do jetë edhe më i madh.

Nxirreni fëmijën shpesh gjatë javës në parqe lojrash të hapura ose në mjedise natyrore.

Evitoni përdorimin e mjeteve teknologjike si: telefonë, televizorë etj. Ajo çfarë fëmija mund të përfitojë nga loja është shumë më shumë se sa ajo çfarë ofron teknologjia.

