



Wakati watoto wanacheza, wanajifunza na miili yao kwa kugusa, kuona, kusikia, kunukia, kuonja na kusonga. Kila siku, kuna kitu kipya cha kugundua. Kucheza pia huwasaidia kuunda ujuzi wa kijamii, ujuzi wa lugha na zaidi!

## Kucheza ni muhimu!

Wakati mtoto wako anapocheza:

- hujifunza kuhusu ulimwengu wake na watu waliomo;
- hukuza mawazo yake, pamoja na kutatua matatizo na kujipanga;
- hukuza mwili wenye nguvu;
- hujifunza kujidhibiti;
- hutuwa moyo kuelewa, kusikiliza na kuongea;
- Huhisi karibu na wengine na hupata marafiki;
- hutumia mawazo na ubunifu wake; na
- hufurahia!

## Uchezaji wa Ubunifu

Wakati watoto wanapojifanya kuwa wanyama, walimu, karani wa duka au mzazi, hii huitwa uchezaji wa kujifanya au ubunifu.

Uchezaji wa ubunifu huwasaidia watoto kutumia ubunifu wao, kutatua matatizo, kuboresha ujuzi wao wa lugha, kukumbuka matukio ya awali na kuelewa watu wengine. Shughuli za kila siku kama vile kupika, kununua vitu na kuoga zinaweza kuletwa katika uchezaji wa ubunifu. Mtoto wako anaweza kusaidia kuunda uchezaji wake mwenyewe wa ubunifu kwa kutumia vitu vinavyopatikana karibu na nyumba au nje.

## Baadhi ya Mifano ya Watoto Kujifunza kupitia Kucheza

**Youni ana umri wa miezi 11.** Mama yake anaimba mojawapo ya nyimbo zake azipendazo kutoka nyumbani. Youni anatingiza miguu yake kwa sauti za wimbo huo kwa sababu una sauti tofauti. Mama yake anamchukua na wanaimba na kucheza densi pamoja. Youni anajifunza kutambua sauti tofauti. Anaweza kudhibiti mwendo wa mwili wake kulingana na mwendo wa mapigo. Anajihisi karibu na mama yake wanapokuwa wakicheza.

**Asia ana umri wa miezi 18.** Anacheza na bakuli za plastiki zenye ukubwa tofauti. Anaweka mpira ndani ya bakuli kubwa na kuutazama ikizunguka anapokuwa akisogeza bakuli. Anaweka mpira huo ndani ya bakuli ndogo na kuutazama jinsi unavyozunguka tofauti. Baadaye, anasawazisha bakuli juu ya ile nyingine ili kutengeneza mnara. Zinapoanguka, anafurahia kusikia sauti zinazotoa. Anajifunza kuratibisha mwili wake na kubashiri na kujaribu. Anahisi ana nguvu anapoweza kutengeneza sauti kubwa.

**Roberto ana umri wa miaka mitatu.** Anapanga magari yake ya sesere ambayo yana ukubwa sawa na kuyapanga kulingana na madhumuni yake (k.m. magari ya mbio, malori, polisi na ambulensi). Ndugu yake anampa gari kubwa zaidi. Roberto anabadilisha mpangilio kuwa kama wa treni, kwa kuweka iliyo kubwa zaidi mbele. Ndugu yake anamwonyesha jinsi ya kuweka magurudumu ya mbele ya gari la pili kwenye gari la kwanza ili kutengeneza “treni.” Roberto anajifunza kuhusu makundi mbalimbali, kubadilisha uchezaji wake, kutatua matatizo na kujifunza maneno mapya ili kufafanua matendo yake. Anajifunza pia kukubali na kutumia dhana kutoka kwa wengine.

## Ili kuweza kucheza, watoto wanahitaji:

### KUHISI SALAMA, WANALINDWA NA WANAPENDWA

Cheza na mtoto wako. Nenda chini kwenye sakafu ili mtoto wako aweze kuona uso wako. Ongea nao kuhusu wanachokifanya. (k.m., “Chubwi! Umeingiza mpira ndani.”)

### MUDA NA NAFASI KUBWA

Punguza vizuizi. Zima TV na uweke chini simu yako ya mkononi. Ikiwa una mtoto, fahamu kwamba anahitaji muda akiwa amelala chini ili kufikia sesere na kusogeza mwili wake kwa urahisi. Weka eneo la kucheza likiwa nadhifu.

### VITU VYA KUCHEZEA

Gundua kile ambacho mtoto wako anapenda kucheza nacho na uongeze vitu vichache ili kufanya kucheza kwake kuwa bora zaidi. Weka sesere chache kwa wakati mmoja ili kuepuka kulemea watoto na kuhifadhi sesere chache ili kuzitoa wakati watoto wana ugumu wa kusubiri (k.m., katika ofisi ya daktari, au wakati unatengeneza chakula cha jioni).

## Dhana Zisizogharimu za Kucheza za Nyumbani

- Gonganyungu na sufuria. Panganya bakuli na visanduku. Unda michezo ya kupanga kwa kutumia vitu tofauti vya nyumbani.
- Weka bakuli la maji na vitu vya kutumia kumwagia. Ongeza sponji, sabuni na vitu vya kuosha.
- Tumia kijiko kugusa vitu tofauti na kusikiliza sauti zinazotoa.
- Cheza mchezo wa mavazi kwa kutumia nguo zako au za ndugu au dada mkubwa.
- Andaa chakula pamoja. (k.m., Changanya matunda au saladi ya mboga iliyokatwa, tengeneza biskuti n.k.)
- Safisheni pamoja kwa kutumia kitambaa kinyevu na taulo iliyokauka.
- Ficha vitu na umpe ishara. (k.m., “Moto” humaanisha funga. “Baridi” humaanisha uko mbali sana.)
- Tumia mito na blanketi kutengeneza ngome. Ongeza sesere au vifaa vya kucheza.
- Chezeni mchezo wa ubunifu: ununuzi, kutembea, kwenda safari, hali ya dharura/moto.
- Chora, au tengeneza vitabu au kadi.
- Badilisha sanduku la kadibodi kuwa treni, nyumba au garaji ya kugeza magari ya kucheza.
- Imba nyimbo zenye matendo na densi.

Tembelea [cmascanada.ca/cnc/parents](https://cmascanada.ca/cnc/parents) kwa maelezo zaidi ya lugha mbalimbali ya wazazi



SUPPORTING CHILD CARE IN THE SETTLEMENT COMMUNITY / SOUTIEN DE LA GARDE DES ENFANTS DANS LA COMMUNAUTÉ DE RÈGLEMENT

Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada