# چگونه با شعرخوانی، بلندی صدا و فن بیان کودکمان را تقویت کنیم؟

---

**دسترسی سریع به بخش‌های مقاله:**

- چرا صدای برخی از کودکان ضعیف و غیرواضح است؟
- چرا شعرخوانی معجزه فن بیان کودکان است؟
- بهترین تکنیک‌های شعرخوانی برای افزایش بلندی و قدرت صدای کودک
    - تکنیک اول: بازی با ولومِ رادیو (کنترل بلندی صدا)
    - تکنیک دوم: همخوانیِ ریتمیک با دست زدن
    - تکنیک سوم: اجرای نمایش تک‌نفره با شعر
- چه نوع شعرهایی برای تقویت ماهیچه‌های گفتاری مناسب‌ترند؟
- اشتباهات مخرب والدین در هنگام تمرین شعرخوانی با کودک
- چگونه مهارت‌های کلامی کودک را برای همیشه تثبیت کنیم؟

آیا تا به حال متوجه شده‌اید که فرزندتان هنگام صحبت کردن در جمع، کلمات را می‌جود یا با صدایی آن‌قدر آرام حرف می‌زند که مجبور می‌شوید مدام به او بگویید: «بلندتر بگو، نشنیدم!»؟ صدای ضعیف و یکنواخت یکی از نشانه‌های رایجِ کمرویی و عدم تسلط بر اندام‌های گفتاری در کودکان است. بسیاری از والدین سعی می‌کنند با تذکرهای مداوم این مشکل را حل کنند، غافل از اینکه این تذکرها فقط استرس کودک را بیشتر می‌کند.

برای اینکه کودک یاد بگیرد از تمام ظرفیتِ ریه‌ها و تارهای صوتیِ خود استفاده کند، ما به ابزاری نیاز داریم که هم برای او سرگرم‌کننده باشد و هم به صورت ناخودآگاه عضلات دهانش را ورزش دهد. این ابزار قدرتمند چیزی نیست جز «شعرخوانی». کلمات آهنگین و ریتمیک، ذهن و زبان کودک را با هم هماهنگ می‌کنند. در این مقاله به زبانی بسیار ساده بررسی می‌کنیم که چگونه می‌توانید با استفاده از شعرهای کودکانه، صدای فرزندتان را قدرتمند، رسا و پر از اعتماد به نفس کنید.

## چرا صدای برخی از کودکان ضعیف و غیرواضح است؟

ضعیف بودن صدای کودک معمولاً به دلیل وجود یک مشکل جسمی یا پزشکی نیست. در بیشتر موارد، این مسئله ریشه در دو عامل اصلی دارد:

۱. **تنفس سطحی (سینه‌ای):** کودکانی که خجالتی هستند یا استرس دارند، معمولاً نفس‌های بسیار کوتاه می‌کشند. وقتی هوا به اندازه کافی وارد ریه‌ها نشود، تارهای صوتی نمی‌توانند با قدرت مرتعش شوند و در نتیجه صدا خفه و ضعیف به گوش می‌رسد. ۲. **تنبلی عضلات فک و لب:** حرف زدنِ واضح نیازمند باز شدنِ کاملِ دهان است. بسیاری از کودکان عادت کرده‌اند با دهانِ نیمه‌بسته حرف بزنند. در این حالت، حروف فضایی برای شکل‌گیری ندارند و کلمات نامفهوم ادا می‌شوند.

## چرا شعرخوانی معجزه فن بیان کودکان است؟

مغز انسان ساختارِ شگفت‌انگیزی دارد؛ بخشی از مغز که مسئولِ صحبت کردنِ عادی است، با بخشی که مسئولِ درکِ ریتم و موسیقی است، تفاوت دارد. به همین دلیل است که بسیاری از کودکانی که لکنت زبان دارند، هنگام آواز خواندن یا شعر خواندن اصلاً تپق نمی‌زنند!

شعرخوانی به چند دلیل مهم فن بیان کودک را دگرگون می‌کند:

- **داشتن ریتم مشخص:** ریتمِ شعر مانند یک نوار نقاله عمل می‌کند و کلمات را یکی پس از دیگری به صورت منظم روی زبان کودک قرار می‌دهد.

- **تشویق به باز کردن دهان:** کششِ موجود در قافیه‌ها (مثل کلماتِ آخوندک، بادبادک، عروسک) کودک را مجبور می‌کند دهان خود را بیشتر از حالت عادی باز کند.
- **ایجاد فضای امن:** وقتی کودک شعر می‌خواند، در واقع کلماتِ شخص دیگری را بازگو می‌کند. این کار ترس از اشتباه کردن و قضاوت شدن را در او از بین می‌برد.

## بهترین تکنیک‌های شعرخوانی برای افزایش بلندی و قدرت صدای کودک

خواندنِ ساده‌ی شعر از روی کتاب کافی نیست. برای اینکه تارهای صوتی کودک تقویت شوند، باید شعرخوانی را تبدیل به یک بازیِ هیجان‌انگیز کنید. از این سه تکنیک جذاب در خانه استفاده نمایید:

### تکنیک اول: بازی با ولومِ رادیو (کنترل بلندی صدا)

این بازی به کودک یاد می‌دهد که او کنترلِ کاملِ صدایِ خود را در اختیار دارد و بلندیِ صدا یک انتخاب است. یک شعر ساده (مثل یه توپ دارم قلقلیه) را انتخاب کنید. یک دکمه‌ی فرضیِ ولومِ رادیو روی دست خودتان یا کودک تصور کنید. به او بگویید: «وقتی ولوم را می‌چرخانم و روی عدد یک می‌گذارم، باید شعر را خیلی یواش و درِگوشی بخوانی. وقتی ولوم را روی عدد ده می‌گذارم، باید با تمام قدرت و بلندترین صدای ممکن شعر را بخوانی!» این تغییرِ مداومِ ولوم، ماهیچه‌های دیافراگم و حنجره را به شدت درگیر کرده و کودک را به استفاده از صدایِ بلند عادت می‌دهد.

### تکنیک دوم: هم‌خوانیِ ریتمیک با دست زدن

برای کودکانی که کلمات را تند و نامفهوم ادا می‌کنند، این تمرین یک معجزه است. شعر را بخش به بخش همراه با کودک بخوانید و برای هر هجا (بخش) یک بار محکم دست بزنید. به عنوان مثال: «دو (دست) - وید (دست) - و (دست) - دو (دست) - وید (دست)». هماهنگ کردنِ ضربه‌های دست با ادایِ کلمات، ترمزِ ذهنیِ کودک را می‌کشد و به او یاد می‌دهد که هر کلمه برای خودش شخصیتی دارد و نباید خورده شود.

### تکنیک سوم: اجرای نمایش تک‌نفره با شعر

کودکان عاشقِ نمایش دادن هستند. از کودک بخواهید شعر را نه فقط با صدایش، بلکه با تمام اعضای بدنش برای شما بخواند. اگر در شعر کلمه‌ی «بزرگ» وجود دارد، باید دست‌هایش را تا جای ممکن باز کند. اگر کلمه‌ی «باد» وجود دارد، باید صدایِ هوهوی باد را تقلید کند. این اغراق در زبان بدن و لحن، خجالت کودک را از بین برده و صدای او را رها می‌کند.

## چه نوع شعرهایی برای تقویت ماهیچه‌های گفتاری مناسب‌ترند؟

هر شعری برای تمرین فن بیان مناسب نیست. شعرهایی که کلمات سنگین، طولانی و مفاهیم انتزاعی دارند، کودک را خسته می‌کنند. برای تمرین در خانه، به دنبال شعرهایی با این ویژگی‌ها باشید:

- **کلمات هم‌آوا و تکرارشونده:** شعرهایی که در آن‌ها کلماتی مثل «چیک و چیک»، «شر و شر» یا «بوم و بوم» تکرار می‌شود، برای گرم کردنِ عضلات لب و زبان فوق‌العاده‌اند.
- **داستانِ شاد و پرتحرک:** شعرهایی که در آن‌ها حیوانات حرف می‌زنند یا یک اتفاقِ هیجان‌انگیز می‌افتد، کودک را ترغیب می‌کنند تا از احساساتِ صداییِ خود (تعجب، خنده، ترس) استفاده کند.
- **اشعار نوستالژیک و ساده:** شعرهایی که خودتان در کودکی حفظ بوده‌اید (اتل متل توتوله، تاب تاب عباسی) بهترین گزینه‌ها برای شروع هستند، زیرا خودِ شما هم با انرژی بیشتری آن‌ها را می‌خوانید.

## اشتباهات مخرب والدین در هنگام تمرین شعرخوانی با کودک

اگر می‌خواهید این تمرینات نتیجه‌بخش باشند، باید مراقب رفتارهای خود در حین بازی باشید. انجام این اشتباهات کودک را برای همیشه از شعرخوانی فراری می‌دهد:

- **اجبار به حفظ کردن:** هرگز به کودک نگویید: «تا این شعر را حفظ نکنی، اجازه نداری بازی کنی!» هدفِ ما روان‌خوانی و تقویت صداست، نه تستِ حافظه. اگر کودک کلمه‌ای را فراموش کرد، با لبخند به او کمک کنید.

- **ایراد گرفتن از تلفظ‌ها:** اگر کودک در حینِ بلند خواندنِ شعر تپق زد یا کلمه‌ای را اشتباه تلفظ کرد، حرفِ او را قطع نکنید و به او تذکر ندهید. اجازه دهید از ریتمِ بازی لذت ببرد.
- **اجبار به اجرا در برابر مهمان‌ها:** بزرگترین اشتباه این است که بدونِ آمادگیِ روانیِ کودک، از او بخواهید شعری را که تازه یاد گرفته در جمعِ غریبه‌ها بخواند. این کار اضطرابِ شدیدی در او ایجاد می‌کند.

## چگونه مهارت‌های کلامی کودک را برای همیشه تثبیت کنیم؟

انجامِ این تمریناتِ شادِ شعرخوانی در محیطِ امنِ خانه، اولین و حیاتی‌ترین قدم برای باز کردنِ قفلِ سکوتِ کودک شماست. شما با این کار به او نشان می‌دهید که صدایِ بلندی دارد و می‌تواند بدون ترس از آن استفاده کند. برای درک عمیق‌ترِ اهمیتِ این تمریناتِ خانگی و نقشِ آن‌ها در آینده‌ی تحصیلیِ کودک، مطالعه مقاله آموزش فن بیان کودکان: چگونه با بازی و تمرین، آینده فرزندمان را تضمین کنیم؟ مسیر بسیار روشنی را پیش روی شما قرار خواهد داد.

با این حال، زمانی می‌رسد که کودکِ شما باید مهارت‌های خود را در دنیای واقعی و در میان همسالانش محک بزند. محیط مدرسه یا جمع‌های ناآشنا ممکن است دوباره احساسِ کمرویی را در او بیدار کند. برای اینکه اعتماد به نفسِ کلامیِ فرزندتان به یک ویژگیِ شخصیتیِ دائمی تبدیل شود، قرار گرفتن در یک محیطِ آموزشیِ اصولی ضروری است.

با حضور فرزندتان در دوره فن بیان کودک و نوجوان، او در کنار مربیان متخصص و در فضایی کاملاً بازی‌محور، یاد می‌گیرد که چگونه هیجانات خود را کنترل کند، چگونه ارتباط چشمیِ موثر برقرار کند و چگونه صدای زیبای خود را در برابرِ دیگران با شجاعت به اشتراک بگذارد. با این مهارت‌ها، فرزند شما نه تنها در دوران مدرسه، بلکه در تمام مسیر شغلی و زندگی آینده‌اش، به فردی اثرگذار، کاریزماتیک و رهبری توانمند تبدیل خواهد شد.