Perkembangan Kognitif
Artikel

Proses Belajar Si Little Learner Serta Stimulasi Anak 1 Tahun

JUL 25, 2023

Sebagian besar aktivitas masa kanak-kanak adalah bermain. Bagi Si Kecil, hampir tiada hari tanpa bermain bukan? Tapi, tahukah Mam, selain bermain, ternyata Si Kecil juga belajar secara bersamaan, lho.

Bermain bagi anak-anak juga merupakan proses belajar melalui cara melihat, berpikir, dan mencoba hal-hal baru (see, think, act). Terutama di usia dini, saat Si Kecil masih tumbuh dan berkembang dengan pesat.

Berbagai jenis permainan maupun aktivitas yang dilakukan Si Kecil akan memengaruhi perkembangan fisik, motorik, kognitif, bahasa, dan sosial emosionalnya.

Dan peran Mam sebagai orang tua adalah mendukung Si Kecil, salah satunya dengan memberi stimulasi anak 1 tahun melalui aktivitas dan permainan yang sesuai untuk membantunya berkembang.

Memahami Proses Belajar Si Kecil

Bermain dan mempelajari sesuatu adalah hal yang alami bagi anak-anak. Aktivitas tersebut bisa menjadi hal yang menyenangkan bagi Si Kecil.

Untuk beri dukungan pada si Kecil, Mam bisa menerapkan proses belajar SEE, THINK, ACT pada si Little Learner.

Bagaimana prosesnya? SEE merupakan kemampuan si Little Learner mengamati, melihat, dan mendengar hal baru. Misal, ajak si Kecil main ke taman, kebun binatang, pantai, lalu jelaskan pada si Little Learner tentang jenis tumbuhan hewan yang sekiranya belum pernah dikenalnya.

Sedangkan THINK adalah kemampuan berpikir si Little Learner dan mencari ide. Mam bisa melatihnya dengan memberi tantangan permainan, misalnya puzzle, lego, juga membentuk benda dari pasir, dan biarkan anak berpikir dan cari cara untuk menyelesaikannya.

Selanjutnya adalah ACT yang merupakan kemampuan si Little Learner melakukan hal pintar. Pada tahap ini Mam bisa mengamati dan membimbing si Little Learner saat proses menyelesaikan tantangan permainan yang diberikan sebelumnya, dan ketika ia berhasil menyelesaikan, jangan lupa berikan pujian atau apresiasi.

Karena bermain menjadi proses belajar anak, Mam perlu memberikan kesempatan bermain sebanyak mungkin agar Si Kecil dapat mengembangkan kemampuannya. Tetap berikan pengawasan dan lingkungan bermain yang aman agar Si Kecil dapat bermain dengan bebas dan nyaman.

Sekitar usia 1 tahun, anak akan menjadi lebih aktif bergerak. Perkembangan ini bisa menjadi sebuah tantangan tersendiri bagi Mam dan juga Si Kecil. Namun ini juga merupakan peluang bagi Si Kecil untuk lebih banyak belajar tentang lingkungan di sekitarnya.

Setelah genap berusia 1 tahun, umumnya ada beberapa perkembangan yang telah dicapai Si Kecil, di antaranya:

Perkembangan fisik/motorik

- Berdiri dan berjalan sambil berpegangan
- Berjalan beberapa langkah tanpa bantuan
- Duduk tanpa bantuan

Perkembangan otak/kognitif

- Menirukan gerakan
- Mengingat bentuk dan nama objek
- Menemukan benda tertentu

Perkembangan bahasa

- Melakukan isyarat sederhana, seperti melambaikan tangan
- Mengucapkan kata-kata sederhana, seperti mama dan papa
- Ocehannya semakin menyerupai berbicara

Perkembangan sosial emosional

- Malu-malu saat bertemu orang asing
- Menangis saat jauh dari orang tua

Aktivitas Stimulasi untuk Anak 1 Tahun

- Dengan memberi stimulasi anak 1 tahun yang tepat, Mam bisa mendukung proses belajar

dan perkembangan Si Kecil agar tumbuh lebih optimal. Banyak aktivitas yang bisa menjadi bentuk stimulasi untuk anak 1 tahun, di antaranya:

Menyusun balok

- Ajak Si Kecil bermain menggunakan balok mainan dengan disusun menjadi beberapa tingkat. Ini akan melatih kemampuan motorik halusnya terutama pada jari tangan.

Bermain boneka

- Memainkan boneka tangan, boneka jari, boneka dari kaus kaki, atau boneka karakter dapat mendorong Si Kecil lebih kreatif dan mengembangkan kemampuan sosial emosionalnya dengan cara mengekspresikan perasaan, belajar kontrol diri, relaksasi, serta imajinasi.

Membaca buku cerita

- Bermain tidak harus melibatkan aktivitas fisik. Membaca buku cerita bersama Si Kecil membantu mengembangkan kemampuan kognitif dan bahasa, serta motorik halus dengan membalik halaman buku.

Menggambar

- Anak usia 1 tahun akan mulai belajar mengekspresikan dirinya dengan mencoret-coret atau melukis. Kegiatan ini bisa membantu Si Kecil mengembangkan kemampuan kognitif, sosial, hingga motoriknya.

Bermain di luar ruangan

- Sesekali ajak Si Kecil berjalan-jalan di taman atau halaman rumah untuk mengeksplorasi sekitar dan melatih kemampuan motorik, meningkatkan kesehatan fisik, memuaskan rasa penasaran, mengasah kreativitas dan berpikir kritis.

Baca Juga: Nutrisi Otak untuk Tumbuh Kembang Anak

Mainan untuk Stimulasi Anak 1 Tahun

Memilih mainan yang tepat turut mempengaruhi kemampuan Si Kecil untuk belajar dari aktivitas bermain. Berikut contoh mainan yang cocok untuk stimulasi anak usia 1 tahun:

- Mainan dengan warna cerah, seperti bola-bola, balok susun. Warna mainan yang cerah lebih menarik bagi Si Kecil untuk bermain.
- Mainan untuk koordinasi motorik, seperti bongkar pasang, balok susun, atau mencocokkan bentuk. Cocok untuk melatih Si Kecil menggerakkan jari-jari dan koordinasi tangan dengan mata.
- Mainan yang mendorong anak aktif bergerak, misalnya push walker yang cocok sebagai stimulasi anak 1 tahun agar cepat jalan.
- Mainan yang bisa dimainkan bersama, misalnya peralatan dan set kostum profesi tertentu untuk dimainkan dengan temannya. Misal pakai mainan alat dan pakaian dan dokter atau perawat. Mainan ini dapat melatih kemampuan sosial emosional Si Kecil.

Untuk mendukung Si Kecil bermain sambil belajar, Mam juga perlu memberi asupan dari berbagai nutrisi penting yang dibutuhkan anak untuk tumbuh kembangnya. Salah satu pilihan yang bisa Mam berikan adalah susu pertumbuhan **S-26 Procal Nutrissentials** syang mengandung **lebih dari 26 nutrisi** untuk dukung **Awal Belajar Pintar Si Littler Learner** usia 1-3 tahun. **S-26 Procal Nutrissentials** mengandung Omega 3 & 6, AA, DHA, Protein, Serat Pangan dan berbagai vitamin dan mineral untuk bantu optimalkan proses belajar SEE, THINK, ACT Si Kecil!

Demikian Mam, ulasan mengenai stimulasi anak 1 tahun untuk mendukung proses belajarnya. Jangan lupa juga untuk penuhi asupan nutrisinya agar Si Kecil dapat optimalkan proses belajar pintar SEE, THINK, ACT ya!

Source :

UNICEF. What is free play and why should you encourage it at home?. Dari unicef.org/parenting/child-care/what-is-free-play . Diakses 15 Mei 2023
John Hopkins. Toddlers Learning by Playing. Dari hopkinsallchildrens.org/Patients-Families/Health-Library/HealthDocNew/Toddlers-Learning-by-Playing. Diakses tanggal 15 Mei 2023.
AAP. Developmental Milestones: 12 Months. Dari healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Developmental-Milestones-12-Months.aspx. Diakses tanggal 15 Mei 2023.
Unicef. Your toddler's developmental milestones at 1 year. Dari unicef.org/parenting/child-development/your-toddlers-developmental-milestones-1-year#R573949-80Be43ca-UZZMIJY. Diakses tanggal 15 Mei 2023.
AAP. Hand and Finger Skills: 1 Year Olds. healthychildren.org/English/ages-stages/toddler/Pages/Hand-and-Finger-Skills-1-Year-Olds.aspx. Diakses tanggal 15 Mei 2023.
UNICEF. Social Emotional Wellbeing #LearningAtHome Challenge. Dari unicef.org/northmacedonia/social-emotional-wellbeing-learningathome-challenge. Diakses 15 Mei 2023
AAP. Children and Books in a Digital World. Dari healthychildren.org/English/ages-stages/gradeschool/school/Pages/children-and-books-in-a-digital-world.aspx. Diakses 15 Mei 2023
AAP. Developmental Milestones of Early Literacy. healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Developmental-Milestones-of-Early-Literacy.aspx. Diakses tanggal 15 Mei 2023.
AAP. The Power of Play: How Fun and Games Help Children Thrive. Dari

healthychildren.org/English/family-life/power-of-play/Pages/the-power-of-play-how-fun-and-games-help-children-thrive.aspx. Diakses 15 Mei 2023
NHS. Baby and toddler play ideas. nhs.uk/conditions/baby/babys-development/play-and-learning/baby-and-toddler-play-ideas/. Diakses tanggal 15 Mei 2023.
AAP. Healthy Outdoor Play Ideas By Age. Dari healthychildren.org/English/family-life/power-of-play/Pages/healthy-outdoor-play-ideas-by-age.aspx. Diakses 15 Mei 2023.
John Hopkins. Learning, Play, and Your 1- to 2-Year-Old. hopkinsallchildrens.org/Patients-Families/Health-Library/HealthDocNew/Learning-Play-and-Your-1-to-2-Year-Old. Diakses tanggal 15 Mei 2023.

Bagikan sekarang