تعلم وارتق

2

بدائل عملية للشاشات

للأطفال من 3 حتى 6 سنوات

أنشطة عملية بسيطة وآمنة تنمي مهارات الطفل

الجزء الثاني









زهرة الإسلام

الفهرس

1- فهم مرحلة طفلك من 3 إلى 6 سنوات.....2
2- تجهيز بيئة منزلية آمنة للعب والتعلم 19
3- أنشطة تنمية مهارات ماقبل الكتابة 30
4- أنشطة تنمي عقل الطفل ومهاراته.....71
5- أنشطة تنمي مهارات الطفل الحركية.....103
6- أنشطة تنمية الجانب الديني والايماني.....115
7- منهج ميراث 132
8- أنشطة تنمية شخصية الطفل وعلاقاته.....134
9- أنشطة اللعب والخيال والابتكار.....157
10-كيف يساعد الطفل الأم فى المنزل.....173
11 - تنظيم يوم الطفل.....182
12- مواقف وتحديات... كيف تواجهها الام؟.....191
13-قواعد أساسية للنجاح 207
14- كيف نراعي احتياجات الطفل الصحية والقدرات الفردية؟....208

الباب الأول

فهم طفلك في مرحلة 3-6 سنوات

- توفير بدائل عملية للشاشات لا يعني حرمان الطفل من الترفيه، بل يعني فتح أبواب أخرى أمامه ليكتشف قدراته ومواهبه، ويتعلم من اللعب والحركة والتجربة والتواصل مع أسرته.
- لا تحتاجين إلى ألعاب كثيرة أو تجهيزات مكلفة؛ فاهتمامك بطفلك، وبيئة منزلية بسيطة وآمنة، وبعض الأفكار المتنوعة، يمكن أن تصنع فرقًا كبيرًا في حياته.
- ابدئي بما تستطيعين وما يتوفر لديك فى المنزل ، وتدرجي وفق احتياجات طفلك، ولا تقارني رحلتك برحلة أسرة أخرى.
- شاركي طفلك بعض أنشطته باهتمام وتشجيع.

ليس المطلوب أن تشغلي طفلك طوال الوقت أو تحولي يومه إلى دروس تعليمية؛ ولكن المطلوب أن تمنحيه فرصة للعب الحر والراحة والاستكشاف، ليرى العالم بعينيه، ويلعب بيديه، ويتعلم بخبرته، ويستمتع بطفولته.

طبيعة نمو الطفل في هذه المرحلة

- تعد مرحلة الطفولة من 3 إلى 6 سنوات من المراحل المهمة في بناء شخصية الطفل وتكوين مهاراته؛ ففيها تتطور قدراته العقلية واللغوية والحركية والاجتماعية، ويزداد فضوله ورغبته في اكتشاف ما حوله وتجربة الأشياء بنفسه.
- والطفل في هذه المرحلة لا يتعلم من خلال التلقين وحده، بل يتعلم من خلال اللعب والحركة والتجربة والتقليد والمشاركة في الحياة اليومية.

ومن أبرزها التغيرات التي تلاحظينها :

- يزداد نشاطه وحبه للحركة والاستكشاف.
- يكثر من طرح الأسئلة لمعرفة أسباب الأشياء وكيفية عملها.
- يتطور خياله، ويستمتع بتأليف القصص وتمثيل الأدوار.
- يزداد اعتماده على نفسه في ارتداء الملابس وتناول الطعام وترتيب ألعابه.
- يبدأ في فهم القواعد البسيطة والتمييز بين السلوك المقبول وغير المقبول.
- تتطور قدرته على التواصل مع الآخرين واللعب معهم.
- يصبح أكثر قدرة على التعبير عن رغباته ومشاعره، لكنه لا يزال يحتاج إلى مساعدة الكبار في التعامل معها.

كيف تتعاملين مع هذه التغيرات عمليًا؟

- إذا كان كثير الحركة: خصصي له مساحة مناسبة للحركة، وقدمي له ألعابًا مثل رمي الكرة في سلة أو المشي بين علامات أرضية.
- إذا كان يحب تقليدك: أشركيه في مهام بسيطة، مثل وضع المناديل على المائدة أو ترتيب الملابس أو مسح سطح منخفض بقطعة قماش.
- إذا كان كثير الأسئلة: لا تتعجلي في إسكات أسئلته. أجيبي بجمل بسيطة، وإذا لم تعرفي الإجابة فقولي: «دعنا نبحث عنها معًا».
- إذا كان يريد فعل كل شيء بنفسه: امنحيه فرصة للمحاولة، حتى لو احتاج إلى وقت أطول، ولا تتدخلي إلا عندما يحتاج إلى مساعدة أو يكون هناك خطر.
- إذا كان يحب التخيل : وفري له دمى وأدوات لعب آمنة، واتركيه يؤلف المواقف والقصص بطريقته.
- تذكري أن هذه السلوكيات تختلف من طفل إلى آخر، ولا يشترط أن تظهر كلها بالدرجة نفسها.

تطور التفكير واللغة والخيال

يشهد عقل الطفل تطورًا ملحوظا خلال هذه المرحلة، وتظهر قدراته في عدة جوانب:

1. التفكير والفهم

يبدأ الطفل في:

- تصنيف الأشياء حسب اللون أو الشكل أو الحجم.
- ملاحظة أوجه التشابه والاختلاف.
- الربط بين السبب والنتيجة من خلال التجربة.
- حل المشكلات البسيطة بالمحاولة والاستكشاف.
- فهم مفاهيم مثل الكبير والصغير، والقريب والبعيد، وفوق وتحت.

كيف تنمين تفكيره في المنزل؟

- ضعي أمامه مجموعة من المكعبات الملونة واطلبي منه جمع المتشابه منها.
- قدمي له مجموعة من الأشياء، واسأليه: «أي شيء مختلف عن الباقي؟ ولماذا؟».
- اعرضي عليه صورتين ، واطلبي منه اكتشاف الاختلافات.

- عند تعثره في تركيب لعبة، لا تسارعي إلى حل المشكلة؛ اسأليه: «ما الجزء الذي لا يناسب؟ وما الذي يمكن أن تجربه؟».
- أثناء ترتيب المشتريات، اطلبي منه وضع الفاكهة في مجموعة والخضراوات في مجموعة أخرى .

2. اللغة والتواصل

تتطور قدرة الطفل على:

- استخدام كلمات جديدة وتكوين جمل أطول.
- التعبير عن أفكاره واحتياجاته.
- الاستماع إلى القصص وإعادة سردها.
- وصف الأشياء والأحداث التي يراها.
- طرح الأسئلة والإجابة عنها.

كيف تنمين لغته في المواقف اليومية؟

- أثناء ارتداء الملابس اسأليه: ما لون قميصك؟ وما لون الحذاء ؟.
- عند إعداد الطعام، اطلبي منه وصف ما يراه: «ما شكل التفاحة؟ وهل هي ناعمة أم خشنة؟».
- عندما يعود من مكان جديد، اسأليه: «ما أكثر شيء أعجبك؟ وماذا رأيت هناك؟».
- اقرئي له قصة مصورة، ثم اطلبي منه أن يحكي لك ما فهمه من الصور.

- إذا استخدم كلمة غير صحيحة، أعيدي صياغة الجملة بشكل صحيح دون إحراجه أو مقاطعته باستمرار.
- شجعيه على طلب احتياجاته بالكلمات، مثل: «أريد كوب الماء من فضلك»، بدلا من الاكتفاء بالإشارة عندما يكون قادرًا على التعبير.

3. الخيال والإبداع

- يستمتع الطفل في هذه المرحلة بتخيل المواقف والشخصيات ، وتقليد أدوار الكبار، وابتكار أشياء من الأدوات المتاحة.

كيف تشجعين خياله؟

- قدمي له صندوقا كرتونيا نظيفا، واتركيه يقرر هل سيحوله إلى منزل أم سيارة أم متجر.
- استخدمي الدمى لتمثيل موقف بسيط، ثم اتركيه يكمل أحداثه.
- ابدئي قصة قصيرة واسأليه: «ماذا تتوقع أن يحدث بعد ذلك؟ ».
- وفري له أوراقا وألوانا وصلصالا آمنا ليعبر عن أفكاره بطريقته.
- لا تفرضي عليه شكلا معينا لما يصنعه، ولا تصححي رسمه لمجرد أنه لا يشبه الشيء الحقيقي.

تطور المهارات الحركية واليدوية

تتطور حركة الطفل وقدرته على التحكم في جسمه ويديه تدريجيًا، وتنقسم هذه المهارات إلى:

1. المهارات الحركية الكبيرة

وهي المهارات التي تعتمد على استخدام عضلات الجسم الكبيرة، مثل المشي والجري والقفز والتوازن ورمي الكرة والتقاطها.

كيف تنمينها في المنزل؟

- ضعي علامات أرضية متباعدة، واطلبي منه المشي بينها دون الخروج عن المسار.
- استخدمي كرة إسفنجية كبيرة، واطلبي منه رميها داخل سلة واسعة.
- رتبي وسائد ثابتة ومنخفضة على الأرض ليخطو بينها.
- اطلبي منه تقليد حركات بسيطة، مثل رفع الذراعين أو الانحناء أو الوقوف على قدم واحدة بحسب قدرته.
- شجعيه على المشاركة في ترتيب ألعابه ونقل الأشياء الخفيفة المناسبة لعمره.

2. المهارات الحركية الدقيقة

- وهي المهارات التي تعتمد على التحكم في عضلات اليد والأصابع، مثل الإمساك بالأشياء وتركيب المكعبات والتشكيل واستخدام أدوات الرسم.

كيف تنميها في المنزل؟

- قدمي له صلصالا آمنا ، واطلبي منه تكوين كرات أو أشكال بسيطة.
- أعطيه أوراقا كبيرة لتمزيقها بيديه ثم تكوين لوحة من القصاصات.
- شجعيه على تركيب المكعبات وبناء أشكال مختلفة.
- اطلبي منه فتح علب الطعام المناسبة لعمره وإغلاقها.
- دعيه يستخدم الملعقة والكوب أثناء تناول الطعام.
- وفري له أقلامًا مناسبة لحجم يده، واتركيه يرسم بحرية دون مطالبته بإتقان الرسم.
- نصيحة مهمة: إذا واجه الطفل صعوبة في نشاط يدوي، جربي تقديم أدوات أكبر وأسهل في الإمساك، أو قسمي المهمة إلى خطوات بسيطة، بدلا من تنفيذها نيابة عنه.

الاحتياجات النفسية والاجتماعية للطفل

- يحتاج الطفل إلى بيئة تشعره بالأمان والقبول، وتساعده على بناء الثقة بالنفس والتعامل مع الآخرين.

1. الحب والأمان

ما الذي تفعلينه؟

- استقبليه بابتسامة واهتمام عندما يطلب التحدث معك.
- خصصي له لحظات من التواصل دون الانشغال بالهاتف أو الأعمال الأخرى.
- إذا أخطأ، وضحي له الخطأ دون التقليل من شأنه.
- أكدي له أنك تحبينه حتى عندما ترفضين سلوكا قام به.

2. الاهتمام والتقدير

ما الذي تفعلينه؟

- امدحي المحاولة نفسها، مثل: «أعجبني أنك حاولت تركيب القطعة بنفسك».
- علقي على ما فعله تحديدًا بدلا من الاكتفاء بعبارة «أنت شاطر».

- اعرضي أعماله التي يحبها في مكان مناسب بالمنزل.
- لا تشترطي أن تكون النتيجة جميلة أو متقنة حتى يشعر بالإنجاز.

3. الاستقلالية

كيف تساعدينه؟

- اتركي له الاختيار بين قميصين مناسبين بدلا من اختيار ملابسه دائمًا.
- ضعي ألعابه وكتبه في رف منخفض يستطيع الوصول إليه.
- خصصي له سلة يضع فيها ملابسه المتسخة.
- شجعيه على ارتداء ملابسه بنفسه، وقدمي المساعدة في
- الأجزاء التي يصعب عليه تنفيذها.
- اطلبي منه ترتيب أغراضه بعد الانتهاء من استخدامها.

4. التعبير عن المشاعر

- قد يشعر الطفل بالغضب أو الخوف أو الحزن، لكنه لا يعرف دائمًا كيف يصف ما يشعر به.

كيف تساعدينه؟

- عندما يبكي، اقتربي منه واسأليه بهدوء: «هل أنت حزين أم غاضب؟».

- استخدمي صورًا لوجوه تعبر عن المشاعر، واطلبي منه اختيار الصورة التي تشبه شعوره.
- إذا غضب، ساعديه على تسمية شعوره، ثم اقترحي عليه التعبير بالكلام أو الجلوس في مكان هادئ.
- إذا خاف من موقف جديد، لا تسخري من خوفه؛ اشرحي له ما سيحدث ورافقيه حتى يشعر بالاطمئنان.
- عندما يهدأ، تحدثي معه عن طريقة أفضل للتعامل مع الموقف.

5. التعاون والتفاعل الاجتماعي

كيف تدربين طفلك؟

- العبي معه لعبة تعتمد على تبادل الأدوار.
- اطلبي منه مشاركة أحد إخوته في بناء مجسم بالمكعبات.
- علميه أن ينتظر دوره في اللعب.
- استخدمي عبارات عملية أمامه، مثل: «هل تسمح لي باستخدام اللعبة بعدك؟».
- عندما يحدث خلاف بين الأطفال، استمعي لكل طرف وساعديهم على التعبير عن احتياجاتهم بالكلمات.

أهمية اللعب في نمو الطفل

- اللعب ليس مجرد وسيلة للتسلية أو شغل وقت الطفل، بل هو وسيلة أساسية يتعلم من خلالها ويكتسب المهارات والخبرات.
- ومن خلال اللعب يستطيع الطفل تنمية التفكير واللغة والحركة والخيال والتواصل وحل المشكلات.

كيف تختارين نوع اللعب المناسب؟

- **اللعب الحركي:**

مثل الجري والقفز ورمي الكرة. اختاريه عندما يحتاج الطفل إلى الحركة والنشاط، مع توفير مساحة خالية من العوائق.

- **اللعب العقلي:**

مثل التصنيف والمطابقة والألغاز المناسبة للعمر. قدمي له عددًا قليلا من البطاقات أو الأشكال في البداية، ثم زيديها عندما يصبح مستعدًا.

- **اللعب التركيبي:**

مثل المكعبات وألعاب البناء. ابدئي بطلب بسيط، مثل بناء برج، ثم اتركي له حرية ابتكار أشكال أخرى.

- **اللعب التخيلي:**

مثل تمثيل دور الطبيب أو البائع أو المعلم. وهو يساعد الطفل على تنمية خياله والتعبير عن أفكاره.

- **اللعب الفني:**

مثل الرسم والتلوين والتشكيل. جهزي الخامات على سطح يسهل تنظيفه، واتركي الطفل يختار ما يريد صنعه.

- **اللعب الاستكشافي:**

مثل ملاحظة أوراق النباتات أو تجربة امتصاص الإسفنج للماء. اطرحي سؤالا بسيطا، واتركي له فرصة الملاحظة والتجربة تحت إشرافك.

- **اللعب الاجتماعي:**

مثل الألعاب التي تعتمد على المشاركة وتبادل الأدوار. ابدئي باللعب معه، ثم شجعيه على المشاركة مع إخوته أو أقرانه.

- ومن المهم أن تجمعي بين الأنشطة التي تقترحينها واللعب الحر الذي يختار فيه الطفل ما يريد دون توجيه مستمر.

الفروق الفردية بين الأطفال

- ليس كل الأطفال متشابهين في قدراتهم واهتماماتهم وسرعة تعلمهم. فقد يتميز طفل باللغة والتعبير، بينما يفضل آخر الحركة والبناء والتركيب.

وقد تلاحظين أن طفلك:

- يحب الحركة والأنشطة البدنية أكثر من الأنشطة الهادئة.
- يفضل الرسم والتلوين، بينما لا يهتم بألعاب التركيب.
- يحتاج إلى وقت حتى يعتاد اللعب مع الآخرين.
- يتعلم من مشاهدة الخطوات، بينما يحتاج في بعض الأنشطة إلى التجربة بنفسه.
- يستطيع التركيز في نشاط يحبه، لكنه ينتقل سريعًا بين الأنشطة الأخرى.

كيف تكتشفين ما يناسب طفلك؟

- جربي الخطوات التالية:

1- راقبي اختياراته: لاحظي الألعاب التي يتجه إليها من تلقاء نفسه، والأنشطة التي يطلب تكرارها.

2- قدمي بدائل متنوعة: لا تقتصري على نوع واحد من الأنشطة؛ قدمي له نشاطا حركيًا وآخر يدويا وثالثا يعتمد على التفكير.

3- لاحظي طريقة استجابته: هل يبدأ النشاط بحماس؟ هل يحتاج إلى شرح؟ هل يستطيع إكمال بعض خطواته؟

4- عدلي مستوى الصعوبة: إذا لم يستطع تنفيذ النشاط، قللي عدد الأدوات أو بسطي الخطوات.

5- لا تقارنيه بغيره: قارني تقدمه بما كان يستطيع فعله سابقا، وليس بما يفعله طفل آخر.

6 - احترمي اهتماماته: إذا كان يحب السيارات مثلا، استخدميها في أنشطة العد والتصنيف والفرز بدلا من إجباره على نشاط لا يجذبه.

7- امنحيه فرصة للمحاولة: لا تتدخلي فورًا عند الخطأ، بل اسأليه: «هل تريد أن تحاول مرة أخرى أم أساعدك؟».

كيف أعرف أن النشاط مناسب لعمر طفلي؟

قبل تقديم أي نشاط، راجعي النقاط التالية:

1. هل يستطيع طفلي فهم المطلوب؟

- اشرحي النشاط بجملة بسيطة، ثم اعرضي عليه طريقة التنفيذ. إذا لم يفهم، قسمي المهمة إلى خطوات أصغر.

2. هل الأدوات مناسبة لعمره؟

- تأكدي من أن الأدوات كبيرة بما يكفي، وغير قابلة للكسر بسهولة، وخالية من الحواف الحادة والأجزاء الصغيرة التي قد يبتلعها الطفل.

3. هل النشاط سهل جدًا أم صعب جدًا؟

- إذا نفذه بسهولة شديدة، أضيفي خطوة جديدة أو تحديًا بسيطا.
- إذا لم يستطع البدء، قللي عدد الخطوات أو نفذي الخطوة الأولى أمامه.
- إذا شعر بالإحباط، توقفي قليلا وقدمي له مساعدة مناسبة.

4. هل يستمتع بالمشاركة؟

- راقبي تعبيرات وجهه وطريقة تفاعله. إذا لم يبدِ اهتمامًا، يمكنك تغيير طريقة تقديم النشاط أو اختيار بديل آخر، دون إجباره

.

5. هل يحتاج إلى وجودك؟

- حددي مقدار المساعدة قبل البدء.
- بعض الأنشطة يمكن أن ينفذ الطفل أجزاءها بنفسه بعدتجهيزها، مع استمرار الإشراف و بعضها يحتاج إلى متابعة من وقت لآخر. وبعضها يحتاج إلى مشاركة مباشرة منك، خاصة عند استخدام المقص أو الماء أو أدوات قد تسبب إصابة.

6. هل يمكن ربط النشاط بالحياة اليومية؟

- اختاري أنشطة تساعد الطفل على ممارسة مهارات يحتاج إليها بالفعل، مثل ترتيب أغراضه أو تصنيف الملابس أو إعداد طبق فاكهة بسيط.

7. هل أركز على النتيجة أم على التعلم؟

- لا تطلبي من الطفل أن يرسم بشكل مثالي أو يبني شكلا مطابقا للنموذج.
- شجعيه على التجربة، واسأليه عما صنعه وكيف توصل إلى فكرته.

الباب الثاني
تجهيز بيئة منزلية آمنة للعب والتعلم

- لا يحتاج الطفل إلى ألعاب كثيرة أو باهظة الثمن حتى يستمتع بوقته بعيدًا عن الشاشات؛ فبعض الأدوات البسيطة، إذا أحسن اختيارها وتنظيمها، يمكن أن توفر له فرصًا متنوعة للعب والتعلم والإبداع.
- والهدف هو إعداد بيئة يستطيع الطفل فيها الوصول إلى أدواته، واختيار ما يناسبه، وممارسة أنشطة متنوعة مع اكتساب قدر أكبر من الاستقلالية.





كيف أخصص ركنا للعب والتعلم؟

يمكن للأم تخصيص مساحة صغيرة في المنزل لتكون ركنا خاصًا بالطفل، مع مراعاة ما يلي:

- اختيار مكان جيد الإضاءة وجيد التهوية.
- وضع رفوف أو صناديق منخفضة يستطيع الطفل الوصول إليها.
- تقسيم الأدوات حسب نوع النشاط.
- توفير طاولة وكرسي مناسبين لعمر الطفل.
- تخصيص مساحة للرسم والأشغال اليدوية.
- وضع الكتب والألعاب في أماكن واضحة وسهلة الوصول.
- إبعاد الأدوات الخطرة أو غير المناسبة لعمر الطفل.
- ليس من الضروري أن تكون المساحة كبيرة؛ فركن صغير ومنظم يكفي للبدء.

الحقائب والصناديق الأساسية التي يفضل توافرها لطفلك من 3 إلى 6 سنوات

- يمكن للأم تخصيص حقائب أو صناديق صغيرة لتجميع أدوات الأنشطة المختلفة، مما يسهل الوصول إليها وتنظيمها واستخدامها عند الحاجة.
- ولا يشترط شراء جميع الأدوات أو تجهيز كل الحقائب مرة واحدة؛ فبعض الأدوات أساسية ومتكررة الاستخدام، وبعضها يمكن الاستعاضة عنه بخامات منزلية متاحة.
- ابدئي بالأدوات الأساسية كثيرة الاستخدام، مثل الألوان و الصلصال والمكعبات والقصص والكرات.
- اشتري الأدوات الإضافية عند الحاجة الفعلية إليها.
- يمكن شراء حقائب وصناديق خشبية أو بلاستيكية إذا كان متاح لك ، ويمكن استخدام صناديق كرتونية أو حقائب مصنوعة فى المنزل من قماش قديم.

الهدف من هذه الحقائب هو تنظيم الأدوات وتسهيل الأنشطة، وليس زيادة مشتريات الأسرة.

فاللعب الجيد لا يحتاج إلى أدوات كثيرة أو باهظة الثمن؛ بل يحتاج إلى اختيار مناسب وإشراف واهتمام من الأم.

حقيبة الرسم والتلوين

يفضل شراء هذه الأدوات :

- كراسة رسم ، أقلام شمعية سميكة.
- ألوان خشبية سميكة ، ألوان مائية غير سامة.
- فرش رسم مناسبة للأطفال ، لوح رسم قابل للمسح.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- أوراق بيضاء مستخدمة من جهة واحدة.
- أطباق كرتونية كبيرة للرسم.
- قطع قماش قديمة لحماية الملابس.
- أوعية بلاستيكية صغيرة لوضع الألوان والماء.



حقيبة الأشغال اليدوية

يفضل شراء هذه الأدوات :

- صلصال آمن وغير سام ، وأدوات تشكيل الصلصال.
- ورق فوم ، وأوراق ملونة ، وغراء آمن مناسب للأطفال.
- مقص أطفال آمن، يستخدم بإشراف مباشر.
- إسفنج مخصص للأعمال الفنية.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- صناديق الكرتون ، المجلات والجرائد القديمة.
- الأكياس الورقية ، لفائف الكرتون الداخلية للمناديل.
- أغطية الكراسات القديمة ، قطع القماش النظيفة.



حقيبة التهيئة للكتابة واللغة

يفضل شراء هذه الأدوات :

- أقلام رصاص سميكة مناسبة للأطفال ، ممحاة.
- بطاقات الحروف العربية ، بطاقات الصور والكلمات.
- أوراق تدريب على الخطوط والأشكال.
- أوراق الحروف المنقطة.
- لوح كتابة قابل للمسح وأقلامه المناسبة.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- دفتر أو أوراق بيضاء.
- صينية مسطحة للرمل النظيف المخصص للعب والكتابة.
- أغطية كرتونية قديمة لصنع بطاقات الحروف والصور.



صندوق البناء والتركيب

يفضل شراء هذه الأدوات :

- مكعبات بناء كبيرة ، ألعاب تركيب كبيرة مناسبة للعمر.
- أشكال هندسية كبيرة ، بازل مناسب لقدرات الطفل.
- ألعاب تروس ومسننات كبيرة.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- صناديق الكرتون النظيفة ، علب الطعام البلاستيكية الكبيرة.
- الأكواب البلاستيكية المتينة ، أطباق الكرتون الكبيرة.





صندوق اللعب التخيلي وتمثيل الأدوار

يفضل شراء هذه الأدوات :

- دمية أو عروسة قماشية ، أدوات طبيب لعبة آمنة.
- مجموعة مطبخ أو متجر لعب ، أطعمة لعب كبيرة.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- ملابس قديمة نظيفة للتمثيل ، حقائب وأكياس ورقية.
- أوعية وأكواب بلاستيكية ، علب كرتونية فارغة ونظيفة.
- جوارب نظيفة قديمة لصنع دمى بسيطة.



مكتبة الطفل الصغيرة

يفضل شراء هذه الأدوات :

- قصص مصورة مناسبة للعمر.
- قصص الأنبياء والصحابة والصحابيات.
- كتب مبسطة عن الطبيعة والعلوم.
- كتب مصورة عن جسم الإنسان والفضاء.
- كتب تعليم الحروف والأرقام.
- كتب الآداب والأخلاق الإسلامية.

اقتراح عملي:

- لا يلزم شراء عدد كبير من الكتب؛ ابدئي بمجموعة صغيرة ومتنوعة، ثم أضيفي إليها تدريجيًا، مع الاستعانة باستعارة الكتب المناسبة من المكتبات.





صندوق الألعاب التعليمية

يفضل شراء هذه الأدوات :

- بطاقات الذاكرة والمطابقة ، ألغاز مناسبة للعمر.
- ألعاب التصنيف حسب اللون والشكل والحجم.
- ألعاب ترتيب الصور والتسلسل ، ألعاب العد والأرقام.
- ألعاب اكتشاف الاختلافات والتفاصيل.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- صور المجلات القديمة ، بطاقات مصنوعة من الكرتون.
- أغطية علب كبيرة ومتطابقة، بشرط أن تكون آمنة وغير قابلة للكسر مع الاشراف أثناء استخدامها.
- أشياء منزلية كبيرة وآمنة للتصنيف والمقارنة.



حقيبة الاستكشاف والتجارب

يفضل شراء هذه الأدوات :

- عدسة مكبرة آمنة للأطفال ،ولا يُسمح للطفل بتوجيه العدسة نحو الشمس أو النظر من خلالها إليها. .
- أكواب قياس بلاستيكية ، قطارة كبيرة مناسبة للأطفال.
- قمع بلاستيكي عريض ، مصفاة بلاستيكية كبيرة.
- أدوات ري صغيرة ، أصيص صغير للزراعة.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- أوعية وأكواب بلاستيكية متينة.
- ملاعق ومغارف بلاستيكية كبيرة.
- إسفنج نظيف ، علب شفافة بلاستيكية.
- زجاجات بلاستيكية كبيرة ونظيفة.
- تربة وأوراق نباتات معروفة وآمنة.



حقيبة الأنشطة الحركية

يفضل شراء هذه الأدوات :

- كرات إسفنجية أو قماشية كبيرة ، حلقات أرضية غير زلقة.
- أقماع بلاستيكية كبيرة.
- بساط رياضي ثابت وغير قابل للانزلاق.

يمكن الاستعاضة عنه من المنزل:

- وسائد ثابتة ، سلال بلاستيكية خفيفة.
- صناديق كرتونية كبيرة ، بطانيات خفيفة.
- مناشف كبيرة لتحديد مسارات الحركة على الأرض.



صندوق الأنشطة والقصص الإسلامية

يفضل شراء :

- بطاقات أذكار مناسبة لعمر الطفل.
- بطاقات الآداب والسلوكيات الإسلامية.
- بطاقات مبسطة لأسماء الله الحسنى.
- وسائل تعليمية لأركان الإسلام والإيمان.
- مصحف مناسب للتعليم أو جزء عم.
- وسائل تعليم الوضوء والصلاة.

يمكن تجهيزه منزليًا:

- بطاقات من الكرتون المقوى ، صور تعليمية مناسبة.
- لوحات مبسطة من إعداد الأم.
- قصص مصورة من الكتب الموجودة في مكتبة الطفل.



حقيبة الخروج والرحلات

يفضل توافر هذه الأشياء فيها :

- زجاجة مياه آمنة ، علبة طعام محكمة الإغلاق.
- قبعة للحماية من الشمس ، مناديل ورقية.
- ملابس إضافية كراسة صغيرة ، أقلام شمعية كبيرة.
- كتاب مصور صغير ، بطاقات صور أو ألغاز بسيطة.
- لعبة صغيرة آمنة ، كيس للملابس المتسخة أو النفايات.
- تكون الحقيبة خفيفة، وتتولى الأم الاحتفاظ بالأدوية والأغراض الضرورية والإشراف عليها.



كيف أنظم ألعاب الطفل وأدواته؟

- التنظيم الجيد يجعل الطفل أكثر قدرة على اختيار النشاط والبدء فيه وإعادة أدواته إلى مكانها.
- ضعي كل مجموعة في صندوق مستقل.
- اكتبي اسم الصندوق أو ضعي عليه صورة لمحتوياته.
- استخدمي صناديق شفافة لتسهيل رؤية الأدوات.
- ضعي الأدوات الأكثر استخدامًا في أماكن يسهل الوصول إليها.
- احتفظي بالأدوات التي تحتاج إلى إشراف الأم في مكان خاص.
- عوّدي الطفل على إعادة الأدوات إلى أماكنها بعد الانتهاء من اللعب.
- اختاري صناديق وحقائب يسهل على الطفل فتحها وإغلاقها.
- لا تضعي جميع الأدوات أمام الطفل دفعة واحدة؛ بل أخرجي ما يحتاج إليه النشاط.
- افحصي الأدوات بانتظام للتأكد من سلامتها وعدم وجود أجزاء مكسورة أو منفصلة.

تدوير الألعاب وتجديد اهتمام الطفل بها

- قد يفقد الطفل اهتمامه ببعض الألعاب إذا ظلت أمامه طوال الوقت؛ لذلك يمكن للأم اتباع نظام تدوير الألعاب.

ويكون ذلك من خلال:

1. تدوير الألعاب

- لا تضعي جميع الألعاب أمام الطفل في وقت واحد.
- احتفظي ببعضها وقدميها في أوقات مختلفة.
- أعيدي تقديم الألعاب القديمة بعد فترة.

2. تغيير طريقة تقديم النشاط

- استخدمي الأدوات نفسها بطريقة جديدة.
- اتركي الطفل يبتكر استخدامات مختلفة للأشياء الآمنة.
- شجعيه على إضافة أفكاره الخاصة.

3. مراعاة اهتمامات الطفل

- لاحظي الألعاب التي يحبهاو قدمي أنشطة قريبة من اهتماماته.
- أدخلي موضوعات جديدة تدريجيًا.

4. المشاركة الأسرية

- اجعلي بعض الأنشطة مشتركة بين أفراد الأسرة.
- امنحي الطفل فرصة اختيار نشاط عائلي.
- شجعي الإخوة على التعاون واللعب معا.

دليل السلامة أثناء تنفيذ الأنشطة

- سلامة الطفل مسؤولية أساسية عند اختيار أي نشاط أو لعبة. ويجب أن تتناسب الأدوات وطريقة التنفيذ مع عمره وقدراته، مع استمرار إشراف الأم.

أولًا: سلامة المكان

- اختاري مكانا واسعًا وخاليًا من العوائق.
- أبعدي الأدوات القابلة للكسر.
- ثبتي الأرفف والخزائن جيدًا.
- لا تسمحي باللعب بالقرب من النوافذ أو السلالم دون حماية مناسبة.
- تجنبي الأرضيات المبتلة أو الزلقة.
- احرصي على وجود إضاءة وتهوية مناسبتين.

ثانيًا: سلامة الأدوات

- اختاري ألعابًا مناسبة لعمر الطفل.
- افحصي الألعاب قبل استخدامها.
- راجعي الأدوات باستمرار وتخلصي من الألعاب المكسورة أو التالفة.

- ابتعدي عن القطع الصغيرة التي قد تسبب الاختناق.
- لا تتركي البطاريات الزرية أو المغناطيسات الصغيرة في متناول الطفل.
- لا تستخدمي الأدوات الحادة إلا عند الحاجة وبإشراف مباشر، مع اختيار أدوات أطفال مناسبة.
- تأكدي من نظافة الخامات وسلامتها قبل تقديمها للطفل.
- تجنبي الزجاج والعلب المعدنية الحادة والأغطية والقطع الصغيرة.
- لا تستخدمي عبوات الأدوية أو المنظفات أو المبيدات.
- تجنبي الأكياس البلاستيكية والأربطة الطويلة.
- لا تقدمي نباتات أو ثمارًا مجهولة للطفل.
- لا تستخدمي الأحجار إلا مع إشراف مباشر، وتجنبيها إذا كان الطفل يضع الأشياء في فمه.
- استخدمي الألوان والغراء والصلصال المخصص للأطفال.

ثالثًا: سلامة الأنشطة الحسية والتجارب

- لا تسمحي للطفل بتذوق المواد المستخدمة في التجارب.
- لا تستخدمي مواد كيميائية أو منظفات منزلية.
- استخدمي الماء بكميات مناسبة وتحت إشراف مباشر.
- تجنبي السوائل الساخنة والأدوات التي قد تسبب الحروق.

- اغسلي يدي الطفل بعد التعامل مع التربة أو الخامات الطبيعية.
- راقبي الطفل عند استخدام أي مادة قد تسبب حساسية.

رابعًا: سلامة الأنشطة الحركية

- اختاري أرضية ثابتة وغير زلقة.
- أبعدي الأثاث والأشياء الحادة عن مساحة اللعب.
- لا تستخدمي الكراسي أو الأثاث في أنشطة التسلق
- تجنبي الألعاب التي تتضمن دفعا أو تصادمًا.
- راعي قدرات الطفل ولا تجبريه على أداء حركة يصعب عليه تنفيذها.
- وفري الماء والراحة عند الحاجة.

خامسًا: سلامة الطعام والمطبخ

- اغسلي يدي الطفل قبل إعداد الطعام.
- لا تسمحي له باستخدام السكاكين أو الأجهزة الكهربائية.
- أبعديه عن الموقد والأفران والأواني الساخنة.
- قطعي الطعام إلى أحجام مناسبة لعمره لتجنب الاختناق.
- راعي أنواع الحساسية الغذائية.
- لا تتركي الطفل يتعامل مع الطعام دون إشراف.

سادسًا: سلامة الخروج والرحلات

- اختاري أماكن مناسبة للأطفال.
- راقبي الطفل باستمرار في الأماكن العامة.
- أمسكي بيده بالقرب من الطرق ومواقف السيارات.
- احرصي على ارتداء ملابس وأحذية مناسبة.
- وفري الماء والحماية المناسبة من الشمس.
- علميه طلب المساعدة من شخص مسؤول إذا ابتعد عن أسرته.

تذكري:

النشاط الناجح ليس بالضرورة الأكثر تكلفة أو تعقيدًا، بل هو النشاط الذي يناسب طفلك، ويمنحه فرصة للتعلم والاستمتاع والشعور بالإنجاز في بيئة آمنة ومحفزة.

الباب الثالث

أنشطة تنمية مهارات ما قبل الكتابة

- تحتاج الكتابة إلى مجموعة من المهارات التي يكتسبها الطفل تدريجيًا، مثل قوة عضلات اليد والأصابع، والتناسق بين العين و اليد، والتحكم في حركة القلم، والقدرة على رسم الخطوط والأشكال.
- لذلك نبدأ بتهيئة الطفل من خلال أنشطة عملية ممتعة، ثم ننتقل تدريجيًا إلى التعرف على الحروف والكتابة البسيطة، دون استعجاله أو إجباره.

أنشطة تقوية عضلات اليد والأصابع

1. نقل الأشياء بالملقط (4–6 سنوات)

المطلوب: ملقط بلاستيكي كبير مخصص للأطفال.

قطع إسفنج كبيرة ، وعاءان بلاستيكيان.

الطريقة:

1. ضعي قطع الإسفنج في الوعاء الأول.
2. اطلبي من الطفل استخدام الملقط لنقلها إلى الوعاء الثاني.
3. شجعيه على استخدام اليد الأخرى لتثبيت الوعاء.
4. يمكن استخدام إسفنج بألوان مختلفة لتصنيف القطع أثناء النقل.
5. - يمكن استخدام حبوب مثل الفول والحمص والعدس ويلتقط كل نوع بملقاط أو ملعقة ويضعه فى طبق منفصل مع الاشراف التام حتى لا يضع شئ فى فمه.

الأمان: استخدمي ملقطًا بلاستيكيًا غير حاد ، مع الإشراف التام.



2. عصر الإسفنج (3–6 سنوات)

المطلوب: إسفنج كبير، وعاء به كمية قليلة من الماء، وعاء فارغ.

الطريقة:

1. ضعي الإسفنج في الوعاء الذي يحتوي على الماء.
2. اطلبي من الطفل إخراجه وعصره بيديه فوق الوعاء الفارغ.
3. شجعيه على الضغط بكلتا اليدين.
4. كرري النشاط مع تغيير شكل الإسفنج أو حجمه.
5. يمكنه ملاحظة كمية الماء التي تخرج عند الضغط.

الأمان: استخدمي كمية قليلة من الماء، وراقبي الطفل باستمرار، وجففي الأرضية حتى لا تنزلق قدماه.



3. فتح وإغلاق العلب (3–6 سنوات)

المطلوب: علب بلاستيكية كبيرة بغطاء سهل الفتح والإغلاق.
ألعاب قماشية أو كرات إسفنجية كبيرة.

الطريقة:

1. ضعي لعبة داخل العلبة وأغلقي غطاءها.
2. اطلبي من الطفل فتح العلبة وإخراج اللعبة.
3. دعيه يعيد اللعبة إلى الداخل ويغلق الغطاء.
4. استخدمي علبًا بأغطية مختلفة لتدريبه على طرق الفتح والإغلاق.
5. شجعيه على ترتيب العلب بعد الانتهاء.

الأمان: اختاري علبًا مخصصة للطعام أو اللعب، خالية من الحواف الحادة، ولا تستخدمي الأغطية المحكمة التي قد تسبب انحشار الأصابع.

4. تشكيل الصلصال (3–6 سنوات)

المطلوب: صلصال آمن غير سام ، لوح بلاستيكي مخصص للتشكيل ،أدوات تشكيل بلاستيكية كبيرة وآمنة.

الطريقة:

1. أعطي الطفل قطعة من الصلصال.
2. اطلبي منه ضغطها ولفها لتشكيل كرات وأحبال وأشكال بسيطة.
3. ساعديه على صنع أشكال مألوفة، مثل الفواكه والحيوانات والأشكال الهندسية.
4. اتركيه يبتكر أشكالا من خياله.
5. شجعيه على وصف ما صنعه وتسميته.

الأمان: اختاري صلصالا مناسبًا لعمر الطفل، وراقبيه حتى لا يضعه في فمه، ولا تستخدمي أدوات حادة.

5. تمزيق الورق ولص دوائر على خط (3–5 سنوات)

المطلوب: أوراق ملونة كبيرة و سلة لجمع قصاصات الورق.

ورقة كبيرة للصق الأشكال ،و غراء مخصص للأطفال.

الطريقة:

1. أعطي الطفل ورقة كبيرة واطلبي منه تمزيقها إلى قطع.
2. شجعيه على استخدام أصابع اليدين معًا.
3. اجمعي القطع معه، ثم استخدميها في عمل لوحة فنية بسيطة.
4. اطلبي منه اختيار الألوان وترتيبها على الورقة ولصقها.

الأمان: استخدمي ورقا نظيفا غير حاد الحواف، وغراءً غير سام ، وراقبي الطفل حتى لا يضع القصاصات في فمه.



6. ضغط المشابك (3–6 سنوات)

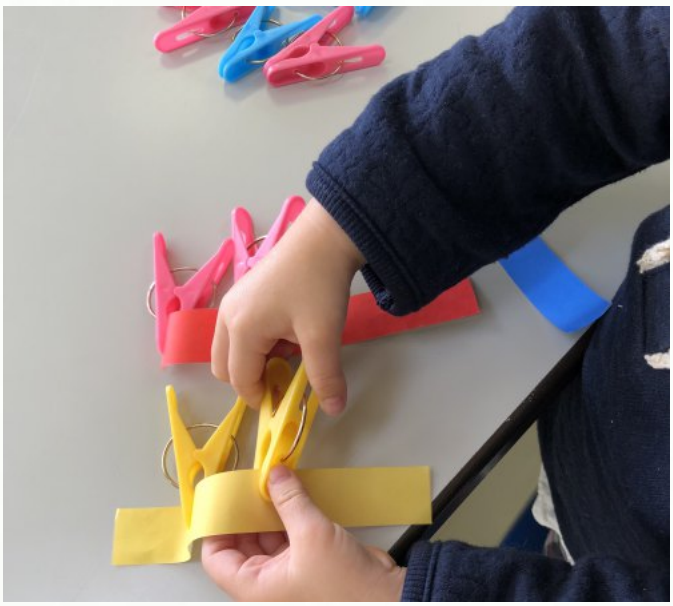
المطلوب: مشابك غسيل بلاستيكية كبيرة ذات ضغط خفيف.

قطعة كرتون سميكة أو حافة سلة مناسبة للتثبيت.

الطريقة:

1. وضحي للطفل كيفية الضغط على المشبك لفتحه.
2. اطلبي منه تثبيت المشابك على حافة الكرتون.
3. شجعيه على توزيع المشابك حول الحافة.
4. يمكنه إزالتها وإعادة تثبيتها في أماكن مختلفة.
5. ساعديه على استخدام أصابع الإبهام والسبابة أثناء الضغط.

الأمان: اختاري مشابك كبيرة بلا أجزاء قابلة للانفصال، ذات زنبرك غير قوي، وراقبي الطفل حتى لا يضغط بها على أصابعه أو يضعها في فمه.



7. الرسم ونقل الماء بالقطارة (3–6 سنوات)

المطلوب: قطارة بلاستيكية كبيرة ، وأكواب ثابتة، وماء ملون ، وورق سميك أو مناديل ورقية.

الطريقة:

1. توضح الأم للطفل كيفية الضغط على القطارة لسحب الماء الملون، ثم تركه على الورق في صورة نقاط أو خطوط.

2 .يمكنه نقل الماء بين الأكواب ومزج لونين وملاحظة اللون الناتج، مع تشجيعه على تكوين رسمة بسيطة.

الأمان: استخدام ألوان مخصصة للأطفال وغير سامة، وعدم السماح بتذوق الماء الملون. تجفف أي مياه تسقط على الأرض لتجنب الانزلاق.



8- لوحة الملابس والأزرار (3–5 سنوات)

المطلوب: لوحة قماشية ثابتة، وقطع قماش مثبتة عليها أزرار كبيرة وسحاب وفيلكرو(شريط لاصق سكوتش)

الطريقة:

1. تدرب الأم الطفل على فتح الأزرار وإغلاقها، وفتح السحاب وإغلاقه، وفصل أجزاء الفيلكرو وإعادة تركيبها.
2. تبدأ معه بخطوة واحدة، ثم تترك له فرصة المحاولة بنفسه، وتربط المهارة بارتداء ملابسه اليومية.

الأمان: التأكد من تثبيت الأزرار والسحاب جيدًا، واستخدام أزرار كبيرة لا يمكن نزعها أو ابتلاعها، مع فحص اللوحة بانتظام.



أنشطة التهيئة للإمساك بالقلم والتحكم فيه

9. التعرف على طريقة الإمساك بالقلم (3–6 سنوات)

المطلوب: أقلام شمعية سميكة وقصيرة و أوراق رسم.

الطريقة:

1. وضحي للطفل كيفية إمساك القلم بطريقة مريحة باستخدام الأصابع.
2. اتركيه يجرب الرسم والخربشة بحرية.
3. ساعديه بلطف إذا كانت طريقة الإمساك تعوق حركة القلم.
4. شجعيه على رسم خطوط وأشكال بسيطة.

الأمان: استخدمي أقلامًا كبيرة غير حادة ومناسبة لعمر الطفل.

أنشطة الرسم والتلوين والتشكيل

10. الرسم الحر (3–6 سنوات)

المطلوب:أوراق كبيرة، ألوان شمعية سميكة آمنة للأطفال.

الطريقة:

1. ضعي الورقة أمام الطفل وقدمي له الألوان.
2. اتركيه يرسم ما يريد دون فرض موضوع معين.
3. اسأليه عن الرسمة وشجعيه على وصفها.
4. قدمي له أوراقًا جديدة لابتكار رسومات مختلفة.
5. احتفظي ببعض رسوماته لمتابعة تطور مهاراته.

الأمان: استخدمي ألوانا غير سامة ، وراقبيه حتى لا يضعها في فمه أو يرسم على الأسطح غير المخصصة لذلك.

11. التلوين داخل الأشكال (3–6 سنوات)

المطلوب: أوراق تحتوي على أشكال محددة بخطوط واضحة.
ألوان شمعية سميكة.

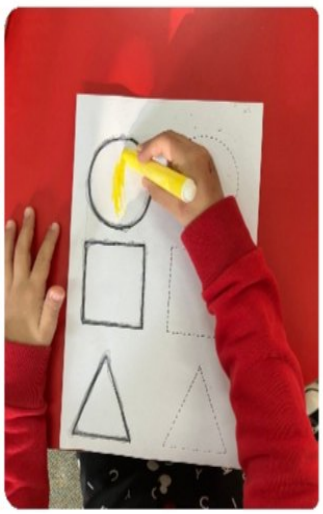
الطريقة:

1. اختاري صورة بسيطة ذات حدود واضحة.
2. اطلبي من الطفل تلوينها باستخدام الألوان التي يختارها.
3. شجعيه على محاولة البقاء داخل حدود الشكل.
4. ابدئي بأشكال كبيرة، ثم انتقلي إلى أشكال أصغر تدريجيًا.
5. لا تلزميه بالدقة الكاملة؛ فالمهم هو التدريب والمحاولة.

الأمان: استخدمي ألوانا غير سامة، وتجنبي الأقلام الحادة.







12. الرسم بالأصابع (3–5 سنوات)

المطلوب: ألوان مخصصة للرسم بالأصابع وغير سامة، أوراق كبيرة، مريلة لحماية الملابس، طبق مسطح للألوان.

الطريقة:

1. ضعي كمية قليلة من اللون في طبق مسطح.
2. اطلبي من الطفل غمس أطراف أصابعه في اللون.
3. دعيه يرسم خطوطًا ودوائر وأشكالًا مختلفة.
4. شجعيه على استخدام أكثر من لون.
5. يمكن مساعدته على تكوين رسمة بسيطة ببصمات أصابعه.

الأمان: تأكدي من أن الألوان مخصصة للأطفال وغير سامة، وراقبيه حتى لا يضع يديه في فمه أو عينيه، واغسلي يديه بعد الانتهاء.



13. الطباعة بالإسفنج (3–6 سنوات)

المطلوب: قطع إسفنج كبيرة ألوان مائية آمنة للأطفال.

أوراق كبيرة، أطباق مسطحة للألوان.

الطريقة:

1. ضعي كمية قليلة من اللون في طبق مسطح.
2. أعطي الطفل قطعة الإسفنج ليغمسها في اللون.
3. اطلبي منه الضغط بها على الورقة لترك أثر ملون.
4. استخدمي أشكالًا مختلفة من الإسفنج.
5. شجعيه على تكوين لوحة باستخدام أكثر من شكل ولون.

الأمان: استخدمي إسفنجًا كبيرًا غير قابل للتفتت، وألوانًا غير سامة، مع الإشراف وغسل اليدين بعد النشاط.



أنشطة التدريب على الخطوط والأشكال

14. تتبع الخطوط (3–5 سنوات)

المطلوب: أوراق مرسوم عليها خطوط مستقيمة عريضة ومتعرجة ومنحنية .

الطريقة:

1. ارسمي خطوطًا أفقية ورأسية واضحة ومنحنية ومتعرجة .
2. اطلبي من الطفل تمرير القلم فوقها.
3. ابدئي بخطوط قصيرة ثم انتقلي إلى الأطول.
4. شجعيه على محاولة اتباع الخط دون استعجال.
5. يمكنك رسم طريق بسيط يصل بين صورتين ليحاول تتبعه بالقلم.
6. انتقلي تدريجيًا إلى مسارات أكثر تنوعًا بحسب قدرته.

الأمان: ثبتي الورقة على سطح مستو، واستخدمي أقلامًا سميكة





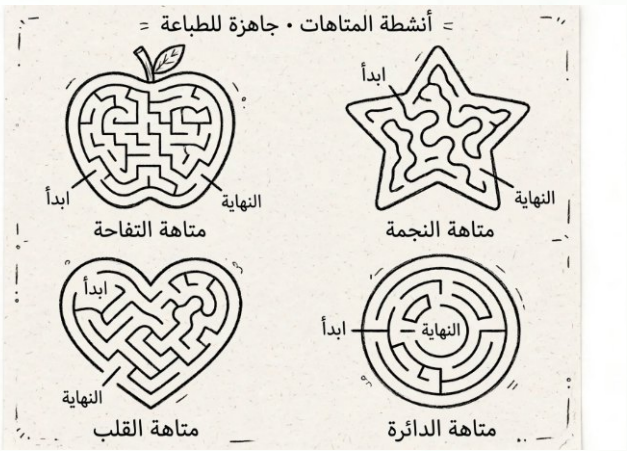
15. المتاهات الورقية (3–6سنوات)

المطلوب: أوراق مطبوعة عليها متاهات، وقلم رصاص ويمكن رسمها بيديك إن لم تستطيعي طباعتها .

الطريقة:

1. يحاول الطفل الوصول من نقطة البداية إلى النهاية دون عبور الجدران، ويمكن الانتقال إلى متاهات أكثر تعقيدًا.





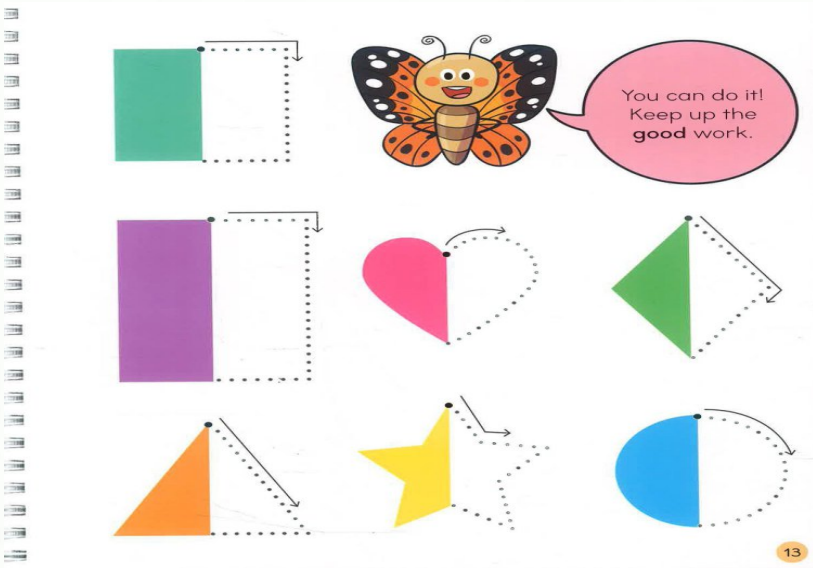
16. أكمل الشكل الناقص فى الصورة (4–6 سنوات)

المطلوب: أوراق عليها أشكال أو رسومات ناقصة و صور لأجزاء ناقصة يمكن مطابقتها.

الطريقة:

1. قدمي للطفل رسومات بسيطة ينقصها جزء.
2. اطلبي منه إكمال الجزء الناقص، مثل دائرة غير مكتملة أو بيت ينقصه سقف.
3. شجعيه على التفكير في الشكل الذي سيكمل به الرسمة.
4. قدمي له رسومات متنوعة بحسب قدرته.

الأمان: استخدمي رسومات كبيرة وواضحة، ولا تضغطي على الطفل إذا واجه صعوبة.



17- صِل بين النقاط (4–6 سنوات)

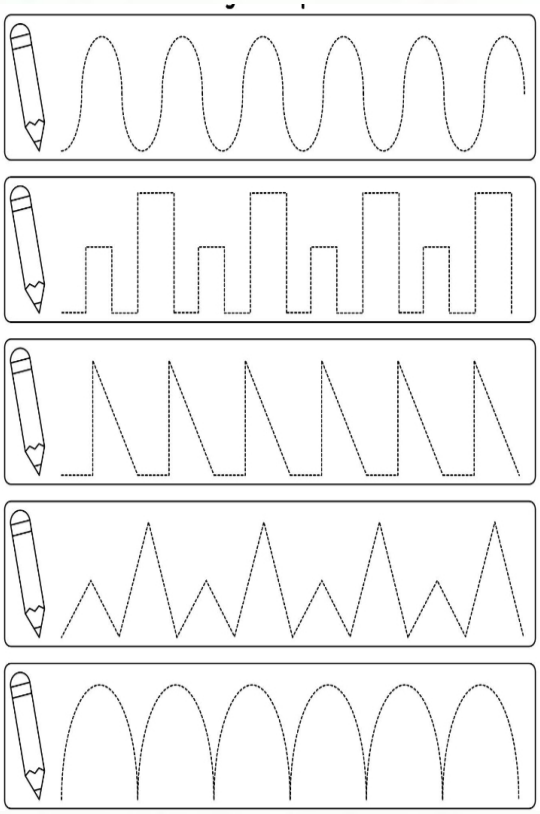
المطلوب:أوراق تحتوي على نقاط خطوط أو اشكال ، أقلام.

الطريقة:

1. وضحي للطفل كيفية توصيل النقاط بالترتيب.
2. ابدئي بمسارات قصيرة.
3. انتقلي تدريجيًا إلى أشكال بسيطة مثل المربع والمثلث.
4. شجعيه على تسمية الشكل بعد الانتهاء.

الأمان: اجعلي المسافات بين النقاط مناسبة لقدرة الطفل على التحكم بالقلم.





.

18- ارسم الأشكال الأساسية (4–6 سنوات)

المطلوب: أوراق بيضاء، أقلام تلوين سميكة.

بطاقات تحمل أشكالًا هندسية بسيطة.

الطريقة:

1. اعرضي على الطفل أشكالًا مثل الدائرة والمربع والمثلث.
2. ارسمي الشكل أمامه ووضحي طريقة رسمه.
3. اطلبي منه محاولة رسم الشكل بنفسه.
4. شجعيه على استخدام الأشكال في رسم أشياء مألوفة، مثل البيت أو الشمس.

الأمان: لا تجبري الطفل على إتقان الشكل، وراعي قدراته الفردية.

أنشطة القص واللصق والتركيب

19- القص على الخطوط (4–6 سنوات)

المطلوب: مقص أطفال آمن ذو أطراف مستديرة.

أوراق سميكة نسبيًا مرسوم عليها خطوط مستقيمة عريضة.

الطريقة:

1. اشرحي للطفل كيفية الإمساك بالمقص بطريقة صحيحة.
2. ابدئي بخطوط مستقيمة قصيرة وواضحة.
3. اطلبي منه القص بمحاذاة الخط قدر استطاعته.
4. انتقلي تدريجيًا إلى خطوط منحنية وأشكال بسيطة.
5. شجعيه على المحاولة دون مطالبته بالدقة الكاملة.

الأمان: لا يستخدم الطفل المقص إلا تحت إشراف مباشر، ويجب أن يكون مخصصًا للأطفال، مع إبعاده بعد انتهاء النشاط.



20- لصق الأشكال (3–6 سنوات)

المطلوب: أوراق ملونة مقطعة مسبقًا إلى أشكال كبيرة.

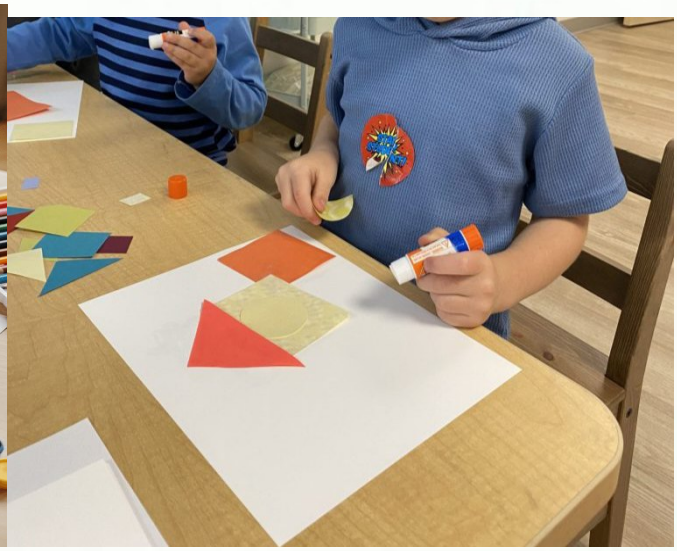
ورقة أساسية. غراء مخصص للأطفال.

الطريقة:

1. قدمي للطفل مجموعة من الأشكال الملونة.
2. اطلبي منه ترتيبها على الورقة لتكوين صورة.
3. بعد اختيار أماكن الأشكال، ساعديه على وضع كمية مناسبة من الغراء خلف كل شكل.
4. اطلبي منه الضغط برفق لتثبيت الأشكال.
5. اتركيه يبتكر لوحة خاصة به.

الأمان: استخدمي غراءً غير سام مخصصًا للأطفال، وتجنبي القطع الصغيرة جدًا، مع غسل اليدين بعد النشاط.





أنشطة التهيئة لتعلم الحروف

21. تكوين الحروف بالصلصال (4–6 سنوات)

المطلوب: صلصال آمن. بطاقات تحمل حروفا كبيرة وواضحة.

الطريقة:

1. اختاري حرفا واحدًا واعرضي شكله على الطفل.
2. اطلبي منه تشكيل الصلصال ليصنع الحرف نفسه.
3. ساعديه على ملاحظة شكل الحرف واتجاهه.
4. ابدئي بالحروف التي يعرفها أو التي يتكرر سماعها في اسمه.

الأمان: استخدمي صلصالا غير سام، وراقبي الطفل لمنع وضعه في الفم.

22. كتابة الحرف في الرمل (4–6 سنوات)

المطلوب: صينية واسعة ذات حواف.

طبقة رقيقة من الرمل النظيف المخصص للعب.

الطريقة:

1. اعرضي حرفا كبيرًا على الطفل.
2. اطلبي منه رسم الحرف بإصبعه على الرمل.
3. ابدئي بالحروف السهلة.
4. اسمحي له بمسح الحرف والمحاولة من جديد.

الأمان: استخدمي رملا نظيفا مخصصًا للعب، مع الإشراف المباشر، ومنع الطفل من تذوقه أو نثره قرب الوجه والعينين.





23. مطابقة الحروف المتشابهة (4–6 سنوات)

المطلوب: بطاقات كبيرة تحمل حروفا واضحة ومكررة.

الطريقة:

1. ضعي أمام الطفل مجموعة من البطاقات.
2. اعرضي عليه بطاقة واطلبي منه البحث عن البطاقة التي تحمل الحرف نفسه.
3. ابدئي بعدد قليل من الحروف.
4. زيدي عدد البطاقات تدريجيًا بحسب قدرته.

الأمان: استخدمي بطاقات كبيرة ومتينة، وتجنبي البطاقات الصغيرة التي قد يضعها الطفل في فمه.

أنشطة التدريب على الكتابة البسيطة

24. تتبع الحروف المنقطة (4–6 سنوات)

المطلوب: أوراق عليها حروف منقطة كبيرة. أقلام سميكة.

الطريقة:

1. اشرحي للطفل شكل الحرف واتجاه كتابته.
2. اطلبي منه المرور بالقلم فوق النقاط حتى يكتمل الحرف.
3. ابدئي بحروف قليلة وواضحة.
4. انتقلي إلى حروف أخرى عندما يصبح مستعدًا.

الأمان: اختاري حروفا واضحة ومسافات مناسبة، ولا تكثري التدريب إذا شعر الطفل بالتعب.





25. كتابة الاسم (5–6 سنوات)

المطلوب: بطاقة تحمل اسم الطفل بخط واضح. أوراق وأقلام.

الطريقة: 1. اعرضي اسم الطفل أمامه.

2. ابدئي بتعليمه التعرف على حروف اسمه.

3. شجعيه على تتبع الاسم أو محاولة كتابته بمفرده وفق قدرته.

4. احتفي بمحاولاته دون مطالبته بالكمال.

الأمان: لا تضغطي على الطفل لإتقان كتابة الاسم، وراعي استعداده.

26. نسخ كلمة قصيرة (5–6 سنوات)

المطلوب: بطاقة تحمل كلمة مألوفة. أوراق وأقلام.

الطريقة:

1. اختاري كلمة قصيرة يعرف الطفل معناها، مثل «باب» أو «بيت». و اعرضي الكلمة أمامه.

2. اشرحي له ترتيب الحروف.

3. شجعيه على محاولة كتابتها مع مراعاة قدرته.

الأمان: اختاري كلمات بسيطة تناسب مستوى الطفل، وتوقفي عن التدريب إذا شعر بالإرهاق أو الإحباط.

27. أكمل الحرف الناقص (5–6 سنوات)

المطلوب: بطاقات أو أوراق عليها كلمات مألوفة ينقصها حرف.

الطريقة:

1. اعرضي كلمة يعرفها الطفل مع ترك مكان فارغ لحرف واحد.
2. اطلبي منه قراءة الكلمة أو التعرف عليها من خلال صورتها.
3. ساعديه على تحديد الحرف الناقص وإضافته.
4. ابدئي بكلمات بسيطة يعرفها جيدًا.

الأمان: استخدمي كلمات سهلة وصورًا توضح معناها، ولا تحولي النشاط إلى اختبار أو مصدر للضغط.

.

28. اكتب ما تراه (5–6 سنوات)

المطلوب: صور واضحة لأشياء مألوفة. أوراق وأقلام.

الطريقة:

1. اعرضي صورة لشيء يعرفه الطفل.
2. اطلبي منه تسمية الصورة.
3. شجعيه على محاولة كتابة اسمها أو بعض الحروف التي يعرفها منها.
4. يمكنه رسم الشيء إذا لم يكن مستعدًا لكتابته.

الأمان: تقبلي محاولات الطفل دون تصحيح متكرر أو مقارنة بأطفال آخرين.

29. اصنع بطاقة واكتب رسالة بسيطة (5–6 سنوات)

المطلوب: ورق مقوى. أقلام تلوين. ملصقات كبيرة آمنة.

الطريقة:

1. ساعدي الطفل على طي الورقة لتصبح بطاقة.
2. اطلبي منه تزيينها ورسم شيء يحبه.
3. شجعيه على كتابة اسمه أو كلمة بسيطة.
4. إذا لم يكن مستعدًا للكتابة، يمكنه إملاء رسالة عليك لتكتبيها له.

الأمان: تجنبي الأدوات الحادة والملصقات الصغيرة القابلة للابتلاع، واستخدمي المقص الآمن بإشراف مباشر إذا احتاج النشاط إلى قص.





أنشطة متنوعة أخرى

30.خياطة الكرتون (4–6 سنوات)

المطلوب: قطعة كرتون سميكة مثقوبة مسبقا بثقوب واسعة، وخيط صوف سميك، وإبرة بلاستيكية مخصصة للأطفال.

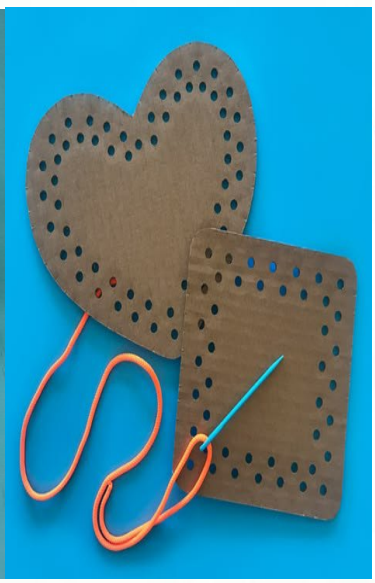
الطريقة:

1 .توضح الأم للطفل كيفية إدخال الإبرة البلاستيكية في أحد الثقوب وإخراجها من الثقب التالي، ثم سحب الخيط برفق.

2 . يمكنه الاستمرار لتكوين خط أو شكل بسيط، مع مساعدته عند الحاجة.

الأمان: استخدام إبرة بلاستيكية كبيرة فقط، وعدم استخدام الإبر المعدنية مطلقًا. تتولى الأم تجهيز الثقوب، وتراقب الطفل أثناء النشاط.







31. لعبة أكمل النمط أو التركيب مثل النمط (3–6 سنوات)

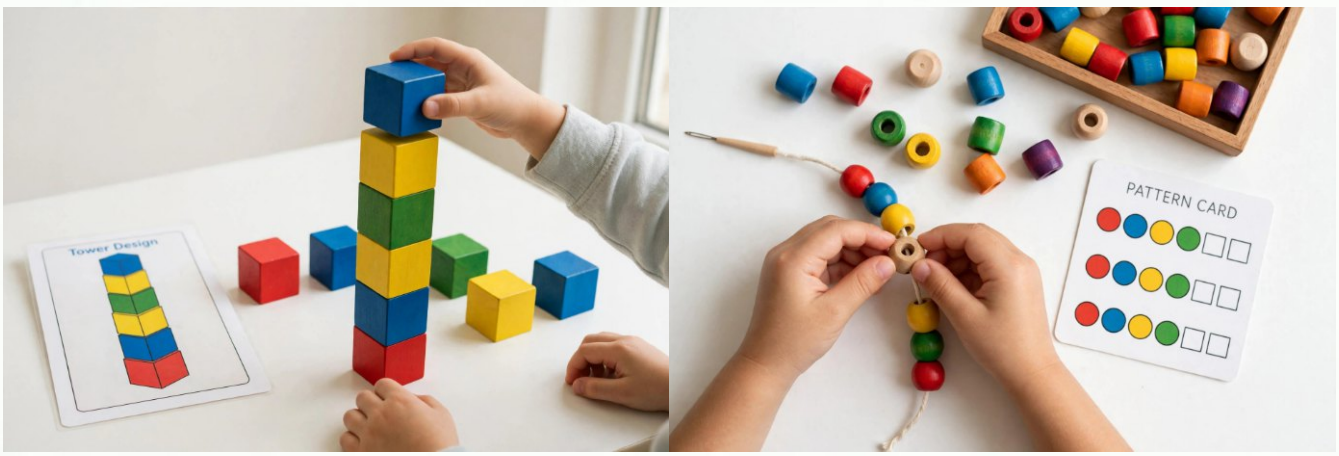
المطلوب: .مكعبات ملونة أو أشكال ورقية أو خرز ملون كبير .

الطريقة:

1 .ترتب الأم مجموعة من الأشكال وفق نمط معين، مثل: أحمر، أزرق، أحمر، أزرق، ثم تطلب من الطفل اكتشاف النمط وإكماله، ويمكن زيادة الصعوبة تدريجيًا.

2 . يمكن الاستعانة بكروت نمط جاهزة ويبني الطفل برج مكعبات أو يلضم الخرز حسب النمط الموجود فى الصور.

الأمان: أشراف تام وتجنب القطع الصغيرة القابلة للبلع.



إرشادات مهمة للأم أثناء تعليم الكتابة

- ابدئي بالأنشطة التي تناسب عمر الطفل وقدراته، وانتقلي إلى الأنشطة الأكثر صعوبة عندما تلاحظين استعداده.
- لا يشترط أن يتقن الطفل جميع المهارات في عمر واحد؛ فهناك فروق فردية طبيعية في النمو والتعلم.
- اجعلي الأنشطة ممتعة ومتنوعة، ولا تحوليها إلى واجبات مدرسية أو اختبارات.
- شجعي المحاولة والإنجاز، ولا تنتقدي رسومات الطفل أو طريقة إمساكه بالقلم بصورة متكررة.
- استخدمي أقلامًا سميكة مناسبة لليد الصغيرة، وأوراقا وأشكالا كبيرة في البداية.
- لا تستعجلي تعليم الكتابة قبل أن يكتسب الطفل قدرًا مناسبًا من التحكم في اليد والأصابع.
- لا تجبري الطفل على استخدام اليد اليمنى إذا كان يستخدم اليسرى بصورة طبيعية.

- احرصي على أن تكون الأدوات والخامات آمنة وغير سامة، وتجنبي القطع الصغيرة التي قد تسبب الاختناق.
- أشرفي على الطفل أثناء استخدام الصلصال والرمل والألوان والمقص، ولا تتركيه وحده مع الأدوات.
- إذا لاحظتِ صعوبة شديدة ومستمرة في استخدام اليدين أو الإمساك بالأدوات أو أداء المهارات الحركية الدقيقة، فاستشيري طبيب الأطفال أو مختصًا في العلاج الوظيفي.

الباب الرابع

أنشطة تنمي عقل الطفل ومهاراته

- يحتاج الطفل في مرحلة 3–6 سنوات إلى أنشطة تساعده على اكتشاف العالم من حوله، وتدربه على التفكير والملاحظة والاستنتاج وحل المشكلات.
- ولا يشترط أن تكون هذه الأنشطة في صورة ألعاب تعليمية جاهزة؛ فكثير منها يمكن تنفيذه بأدوات بسيطة ومتوفرة في المنزل.
- اختاري النشاط وفق عمر الطفل وقدراته واهتماماته.
- ابدئي بالأنشطة السهلة ثم زيدي صعوبتها تدريجيًا.
- اتركي للطفل فرصة التفكير والمحاولة قبل تقديم الإجابة.
- شجعي الأسئلة والاستنتاجات حتى لو لم تكن الإجابة صحيحة.
- كرري النشاط بطرق مختلفة حتى يكتسب الطفل المهارة.
- لا تجبري الطفل على إكمال نشاط لا يرغب فيه.
- ليس مطلوبًا أن يتقن جميع المهارات في العمر نفسه.

الهدف ليس أن يعرف الطفل الإجابة الصحيحة دائمًا، بل أن يتعلم كيف يلاحظ ويسأل ويفكر ويجرب ويصل إلى الإجابة بنفسه.

1. اكتشف الشيء المختلف (3–6 سنوات)

المطلوب:

مجموعة من الصور أو الأشياء المتشابهة.

صورة أو شيء مختلف عن بقية المجموعة.

الطريقة:

1. ضعي أمام الطفل مجموعة من الصور، مثل ثلاث صور لفواكه وصورة لحيوان.
2. اطلبي منه تحديد الصورة المختلفة.
3. شجعيه على توضيح سبب اختياره.
4. زيدي عدد الصور أو اجعلي الاختلاف أكثر دقة تدريجيًا.

الأمان: استخدمي صورًا واضحة أو أشياء كبيرة لا تحتوي على أجزاء صغيرة قابلة للبلع.

الفائدة:

تنمية قوة الملاحظة.

تحسين التركيز والانتباه.

تنمية التفكير والتحليل والتصنيف.

2. ماذا تغير في المكان؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

مجموعة من الألعاب أو الأدوات المنزلية الآمنة.

طاولة أو سطح مناسب للعرض.

الطريقة:

1. رتبي أمام الطفل خمسة أشياء مختلفة.
2. اطلبي منه تأملها جيدًا.
3. اجعليه يغلق عينيه أو يبتعد قليلًا.
4. غيّري مكان أحد الأشياء أو أخفيه.
5. اطلبي منه اكتشاف ما تغير.
6. زيدي عدد الأشياء تدريجيًا حسب قدرته.

الأمان: اختاري أشياء كبيرة وآمنة، وأبعدي الأدوات الحادة أو القابلة للكسر.

الفائدة:

تقوية الذاكرة البصرية.

تنمية الانتباه للتفاصيل.

تحسين القدرة على الملاحظة.

3. ابحث عن التفاصيل (3–6 سنوات)

المطلوب:

صور كبيرة تحتوي على تفاصيل متعددة.

بطاقات مصورة صغيرة.

الطريقة:

1. اعرضي على الطفل صورة لحديقة أو منزل أو سوق.
2. اطلبي منه البحث عن أشياء محددة، مثل شيء أحمر أو شيء دائري أو شيء يستخدم في المطبخ.
3. انتقلي إلى أسئلة أكثر صعوبة، مثل: كم شجرة في الصورة؟ أو أين يوجد الشيء الأصغر؟
4. اتركيه يختار أشياء أخرى ويطلب منك البحث عنها.

الأمان: اختاري صورًا مناسبة لعمر الطفل وخالية من المشاهد المخيفة أو غير الملائمة.

الفائدة:

تقوية الملاحظة البصرية.

تنمية التركيز والانتباه.

زيادة الحصيلة اللغوية.

4. بطاقات الذاكرة (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات مصورة متطابقة، مثل صور الفواكه أو الحيوانات أو الأدوات.

سطح مستوٍ للعب.

الطريقة:

1. اختاري عددا قليلا من أزواج البطاقات المتطابقة.
2. ضعي البطاقات مقلوبة على الطاولة.
3. يقلب الطفل بطاقتين في كل مرة.
4. إذا وجد صورتين متطابقتين يحتفظ بهما، وإذا اختلفتا يعيدهما إلى مكانهما.
5. يستمر اللعب حتى يجمع جميع الأزواج.

الأمان: استخدمي بطاقات كبيرة ومتينة لا يمكن ابتلاعها.

الفائدة:

تقوية الذاكرة البصرية.

تحسين التركيز.

تنمية الانتباه والتذكر.

5. لعبة الذاكرة (3–6 سنوات)

المطلوب:

مجموعة من الأشياء المنزلية الآمنة.

قطعة قماش لتغطية الأشياء.

الطريقة:

1. ضعي أمام الطفل مجموعة من الأشياء، مثل كوب وملعقة ولعبة وكتاب.
2. اتركيه يتأملها جيدًا.
3. غطي الأشياء بالقماش.
4. اطلبي منه ذكر الأشياء التي شاهدها.
5. زيدي عدد الأشياء تدريجيًا، ويمكنك تغييرها في كل مرة.

الأمان: اختاري أشياء كبيرة وغير قابلة للكسر أو البلع.

الفائدة:

تنمية الذاكرة البصرية.

تحسين القدرة على التركيز.

تقوية مهارة استرجاع المعلومات.

6. تذكر ترتيب الصور (4–6 سنوات)

المطلوب:

ثلاث إلى خمس بطاقات مصورة تمثل أحداثا أو أشياء مختلفة.

الطريقة:

1. رتبي البطاقات أمام الطفل في تسلسل معين.
2. اطلبي منه تأمل ترتيبها.
3. اجمعي البطاقات واخلطيها.
4. اطلبي منه إعادة ترتيبها كما كانت.
5. يمكن استخدام صور تمثل خطوات نشاط يومي، مثل الاستيقاظ ثم غسل الوجه ثم تناول الإفطار.

الأمان: استخدمي بطاقات كبيرة واضحة.

الفائدة:

تنمية الذاكرة والتركيز.

إدراك الترتيب والتسلسل.

تنمية التفكير المنطقي.

7. كيف تصل إلى اللعبة؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

لعبة محببة للطفل.

مجموعة من القطع الكبيرة أو العوائق الإسفنجية الآمنة.

الطريقة:

1. ضعي اللعبة في نهاية مسار بسيط على الطاولة أو الأرض.
2. رتبي بعض العوائق الآمنة بين الطفل واللعبة.
3. اطلبي منه التفكير في طريقة للوصول إليها.
4. دعيه يجرب تحريك العوائق أو تغيير ترتيبها حتى يصل إلى اللعبة.
5. زيدي صعوبة المسار تدريجيًا.

الأمان: يجب أن يكون المسار على سطح مستو، وألا يتطلب تسلق الأثاث أو تحريك أشياء ثقيلة.

الفائدة:

تنمية التفكير المنطقي.

التدريب على حل المشكلات.

تعزيز المثابرة والقدرة على التخطيط.

8. لعبة التركيب (البازل) (3–6 سنوات)

المطلوب:

صور كبيرة مقسمة إلى أجزاء، أو أحجية مناسبة لعمر الطفل.

الطريقة:

1. اختاري صورة مألوفة للطفل.
2. قسميها إلى أجزاء كبيرة، أو استخدمي أحجية جاهزة.
3. اخلطي الأجزاء أمامه.
4. اطلبي منه تجميعها لتكوين الصورة الكاملة.
5. ابدئي بعدد قليل من القطع، ثم زيدي العدد تدريجيًا.

الأمان: تأكدي من أن قطع الأحجية كبيرة وغير قابلة للبلع، وخالية من الحواف الحادة.

الفائدة:

تنمية التفكير المكاني.

تحسين التناسق بين العين واليد.

التدريب على حل المشكلات والصبر.





9. ماذا أفعل إذا؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات تحتوي على صور لمواقف يومية بسيطة.

الطريقة:

1. اعرضي على الطفل صورة لموقف معين، مثل انسكاب الماء أو فقدان لعبة.
2. اسأليه: ماذا تفعل في هذا الموقف؟
3. استمعي إلى إجابته دون مقاطعته.
4. ناقشي معه الحلول المناسبة.
5. قدمي له مواقف جديدة، مثل: ماذا تفعل إذا رأيت شيئًا خطرًا ؟ أو إذا احتاج صديقك إلى المساعدة؟

الأمان: اختاري مواقف مناسبة لعمر الطفل، ووضحي له قواعد السلامة وضرورة الرجوع إلى شخص بالغ موثوق عند مواجهة الخطر.

الفائدة:

تنمية التفكير العملي.

تعلم اتخاذ القرارات البسيطة.

تعزيز الوعي بالمواقف اليومية والتصرف المناسب.

4. صندوق الكنوز المغلقة (4–6 سنوات)

المطلوب:

صندوق لعب كبير، وأقفال تعليمية بلاستيكية كبيرة مناسبة للأطفال، ومفاتيحها، ولعبة أو صورة تمثل الكنز.

الطريقة:

1- تضع الأم الكنز داخل الصندوق وتغلقه بالقفل، ثم تقدم للطفل المفاتيح وتطلب منه تجربة المفتاح المناسب.

2- يمكن استخدام أكثر من قفل، مع تشجيعه على ملاحظة الاختلافات بين المفاتيح وتجربة الحلول.

الأمان: استخدام أقفال ومفاتيح لعب كبيرة وخفيفة، خالية من الحواف الحادة والأجزاء الصغيرة القابلة للانفصال، مع إشراف الأم.

الفائدة: تنمية حل المشكلات، والتفكير المنطقي، والملاحظة، والمثابرة.



10. صنف حسب اللون (3–5 سنوات)

المطلوب:

مكعبات أو كرات كبيرة بألوان مختلفة.

أوعية أو سلال ملونة.

الطريقة:

1. اخلطي القطع الملونة أمام الطفل.
2. اطلبي منه وضع كل لون في السلة المناسبة.
3. اذكري أسماء الألوان أثناء اللعب.
4. بعد إتقان التصنيف حسب اللون، اطلبي منه التصنيف حسب الحجم أو الشكل.

الأمان: استخدمي قطعًا كبيرة لا يمكن ابتلاعها.

الفائدة:

تعلم الألوان.

تنمية مهارة التصنيف.

تحسين التركيز والتناسق بين العين واليد.

11. الكبير والصغير (3–5 سنوات)

المطلوب:

مجموعة من الألعاب أو المكعبات مختلفة الأحجام.

الطريقة:

1. ضعي أمام الطفل مجموعة من الأشياء مختلفة الأحجام.
2. اطلبي منه تحديد الأكبر والأصغر.
3. ساعديه على ترتيبها من الأصغر إلى الأكبر.
4. استخدمي كلمات مثل: كبير، صغير، أكبر، أصغر.

الأمان: اختاري ألعابًا كبيرة وآمنة لا تحتوي على أجزاء صغيرة.

الفائدة:

إدراك الأحجام والمقارنة.

تنمية المفاهيم الرياضية الأولية.

إثراء الحصيلة اللغوية.

12. من ينتمي إلى هذه المجموعة؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات مصورة لأطعمة وملابس وحيوانات وأدوات منزلية.

الطريقة:

1. اخلطي البطاقات أمام الطفل.
2. اطلبي منه وضع كل مجموعة معًا.
3. ناقشيه في سبب اختياره.
4. اطرحي أسئلة إضافية، مثل: أي من هذه الأشياء نستخدمه في المطبخ؟ وأيها نرتديه؟

الأمان: استخدمي بطاقات كبيرة ذات صور واضحة.

الفائدة:

تنمية التصنيف والتفكير.

التعرف على الأشياء ووظائفها.

تحسين اللغة والقدرة على التعبير.

13. عد الأشياء حولك (3–6 سنوات)

المطلوب:

مجموعة من الألعاب أو الأدوات المنزلية الكبيرة والآمنة.

الطريقة:

1. اختاري مجموعة من الأشياء، مثل السيارات أو المكعبات.
2. اطلبي من الطفل عدها واحدًا تلو الآخر.
3. اجعليه يلمس كل شيء أثناء العد حتى لا يكرر العدد.
4. اسأليه: كم سيارة لدينا؟ وماذا يحدث إذا أضفنا سيارة أخرى؟
5. ابدئي بأعداد قليلة ثم زيديها تدريجيًا.

الأمان: تجنبي استخدام العملات المعدنية أو الخرز أو أي قطع صغيرة قابلة للبلع.

الفائدة:

تعلم العد.

فهم العلاقة بين العدد والكمية.

تنمية التركيز والملاحظة.

14. لعبة الساعة (5–6 سنوات)

المطلوب:

ساعة تعليمية كبيرة بعقارب متحركة وأرقام واضحة.

الطريقة:

1- تعرف الأم الطفل على الأرقام الموجودة على الساعة، وتشرح له وظيفة العقربين بصورة مبسطة. ثم تطلب منه تحريك العقارب إلى أوقات مألوفة في يومه، مثل وقت الاستيقاظ أو تناول الطعام.

2- لا يشترط إتقان قراءة الساعة، بل الهدف التعرف على شكلها وربط الوقت بالأحداث اليومية.

الأمان: استخدام ساعة تعليمية بلاستيكية متينة، دون زجاج أو أجزاء صغيرة قابلة للانفصال.

الفائدة: التعرف على الأرقام ومفهوم الوقت، وربط الأحداث اليومية بالتسلسل الزمني.





15. أين العدد الناقص؟ (4–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات أرقام كبيرة من 1 إلى 10.

الطريقة:

1. رتبي الأرقام أمام الطفل بالترتيب.
2. اطلبي منه قراءتها أو تسميتها.
3. أخفي رقمًا واحدًا.
4. اطلبي منه اكتشاف الرقم الناقص.
5. كرري النشاط مع تغيير الرقم المخفي.

الأمان: استخدمي بطاقات كبيرة ومتينة.

الفائدة:

التعرف على الأرقام.

تنمية الذاكرة والانتباه.

فهم التسلسل العددي.

16. أكثر أم أقل؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

مكعبات بناء أو كرات كبيرة.

وعاءان.

الطريقة:

1. ضعي عددًا من المكعبات في الوعاء الأول، وعددًا مختلفًا في الثاني.
2. اطلبي من الطفل مقارنة المجموعتين.
3. اسأليه: أيهما أكثر؟ وأيهما أقل؟
4. يمكن إضافة المكعبات أو إزالتها حتى تتساوى المجموعتان.

الأمان: استخدمي مكعبات كبيرة غير قابلة للبلع.

الفائدة:

فهم مفاهيم الكمية.

تعلم المقارنة.

الاستعداد للحساب والرياضيات.

17. حرف وكلمة (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات حروف كبيرة.

صور لأشياء تبدأ بالحروف المختارة.

الطريقة:

1. اختاري حرفا واحدًا.
2. انطقي اسمه بوضوح، واطلبي من الطفل ترديده.
3. اعرضي صورًا لكلمات تبدأ بهذا الحرف.
4. اطلبي منه ذكر كلمات أخرى يعرفها تبدأ بالحرف نفسه.
5. كرري النشاط بحروف مختلفة.

الأمان: استخدمي بطاقات كبيرة، وابتعدي عن الأدوات ذات الأجزاء الصغيرة.

الفائدة:

التعرف على الحروف العربية.

تنمية الوعي بالأصوات.

زيادة الحصيلة اللغوية.

18. كوّن كلمة (4–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات حروف كبيرة.

صور لكلمات بسيطة ومألوفة.

الطريقة:

1. اختاري كلمة قصيرة يعرفها الطفل، مثل: باب أو دار.
2. اعرضي صورتها والحروف التي تتكون منها.
3. اخلطي الحروف واطلبي منه ترتيبها.
4. ساعديه في نطق الحروف ثم قراءة الكلمة.
5. انتقلي إلى كلمات أخرى بالتدريج.

الأمان: استخدمي بطاقات كبيرة ومتينة، وتجنبي الحروف الصغيرة القابلة للبلع.

الفائدة:

التعرف على ترتيب الحروف.

تنمية الاستعداد للقراءة.

تحسين التركيز والإدراك البصري.

19. صف ما تراه (3–6 سنوات)

المطلوب:

صور واضحة لمواقف يومية أو من الطبيعة.

الطريقة:

1. اعرضي صورة أمام الطفل.
2. اطلبي منه وصف ما يراه.
3. اسأليه عن الألوان والأشكال والأشخاص والأشياء الموجودة.
4. شجعيه على تكوين جمل كاملة.
5. اطلبي منه تخيل ما حدث قبل الصورة أو بعدها.

الأمان: اختاري صورًا مناسبة لعمر الطفل وخالية من المشاهد المخيفة أو غير الملائمة.

الفائدة:

تنمية اللغة والتعبير.

تحسين الملاحظة.

تنمية الخيال والقدرة على تكوين الجمل.

20. أكمل الجملة (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات تحتوي على بدايات جمل بسيطة، أو يمكن تنفيذ النشاط شفهيًا.

الطريقة:

1. ابدئي جملة واتركي للطفل إكمالها، مثل: أحب أن ألعب بـ...
2. قدمي جملا متنوعة، مثل: عندما تمطر السماء...
3. شجعيه على استخدام كلمات جديدة.
4. اتركي له حرية ابتكار إجابات مختلفة.

الأمان: اجعلي الجمل مناسبة لعمر الطفل وبيئته، وابتعدي عن الأسئلة التي قد تثير خوفه.

الفائدة:

تنمية اللغة والتفكير.

تحسين القدرة على تكوين الجمل.

تشجيع الخيال والتعبير عن الأفكار.

21. ماذا يمكن أن تصنع؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

قطع كرتون كبيرة.

أوراق ملونة.

أشكال فوم كبيرة.

غراء مخصص للأطفال.

الطريقة:

1. ضعي الخامات أمام الطفل.
2. اطلبي منه التفكير فيما يمكن صنعه منها.
3. اتركيه يختار فكرته ويبدأ في تنفيذها.
4. ساعديه عند الحاجة دون فرض شكل محدد.
5. اطلبي منه شرح ما صنعه.

الأمان: استخدمي خامات نظيفة وخالية من الدبابيس والحواف الحادة، ويستخدم الغراء تحت إشراف الأم.

الفائدة:

تنمية الإبداع والابتكار.

تحسين المهارات اليدوية.

تعزيز الثقة بالنفس والاستقلالية

.

22. اختر نهاية للقصة (3–6 سنوات)

المطلوب:

قصة قصيرة مصورة مناسبة لعمر الطفل.

الطريقة:

1. احكي للطفل قصة قصيرة.
2. توقفي قبل الوصول إلى النهاية.
3. اسأليه: ماذا تتوقع أن يحدث بعد ذلك؟
4. اطلبي منه ابتكار نهاية للقصة.
5. يمكن تشجيعه على رسم النهاية التي تخيلها.

الأمان: اختاري قصصًا مناسبة لعمر الطفل، تحمل معاني طيبة وقيمًا إيجابية.

الفائدة:

تنمية الخيال.

تحسين اللغة والتعبير.

تنمية التفكير الإبداعي والتسلسل المنطقي.

23. ماذا يذوب في الماء؟ (4–6 سنوات)

المطلوب:

أكواب بلاستيكية شفافة.

ماء.

كميات صغيرة من السكر والملح.

ملعقة كبيرة.

الطريقة:

1. ضعي كمية متساوية من الماء في كوبين.
2. أضيفي السكر إلى الكوب الأول والملح إلى الثاني.
3. اطلبي من الطفل ملاحظة ما يحدث عند التقليب.
4. اشرحي له أن بعض المواد تذوب في الماء، بينما توجد مواد أخرى لا تذوب بالطريقة نفسها.
5. ناقشي معه ما لاحظه.

الأمان: تنفذ التجربة تحت إشراف مباشر، ولا يسمح للطفل بتذوق المواد أو شرب ماء التجربة.

الفائدة:

التعرف على بعض خصائص المواد.

تنمية الملاحظة والاستنتاج.

تشجيع التفكير العلمي وطرح الأسئلة.

24. كيف تتكون الظلال؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

مصباح يدوي.

ألعاب أو مجسمات كبيرة.

حائط فاتح اللون.

الطريقة:

1. ضعي لعبة أمام الحائط.
2. وجهي المصباح نحو اللعبة لتظهر صورتها كظل على الحائط.
3. حركي المصباح بالقرب من اللعبة ثم أبعديه.
4. اطلبي من الطفل ملاحظة تغير حجم الظل.
5. اتركيه يجرب باستخدام ألعاب مختلفة.

الأمان: استخدمي مصباحًا آمنًا، ولا توجهي الضوء مباشرة إلى العينين.

الفائدة:

فهم مبسط للضوء والظل.

تنمية الملاحظة والاستكشاف.

التعرف على العلاقة بين موقع الجسم والضوء.

25. تجميد الألعاب واكتشاف ذوبان الثلج (3–6 سنوات)

المطلوب:

لعبة بلاستيكية كبيرة، ووعاء مناسب، وماء، ووعاء آخر به ماء فاتر.مكعبات ثلج.

الطريقة:

1- تضع الأم اللعبة في وعاء به ماء وتتركه في المجمد حتى يتكون الثلج حولها. ثم تخرج الوعاء وتطلب من الطفل ملاحظة الثلج ومحاولة إخراج اللعبة بإضافة الماء الفاتر تدريجيًا.

2- تتحدث معه عن تحول الماء إلى ثلج وعودته إلى الماء عند الذوبان.

الأمان: يجب متابعة الطفل أثناء التعامل مع الثلج، وتجفيف الماء فورًا لتجنب الانزلاق ،و تختار الأم لعبة كبيرة لا تحتوي على أجزاء قابلة للانفصال، وتستخدم ماءً فاترًا لا ساخنًا. لا يُسمح للطفل بتذوق الماء أو الثلج، ولا تستخدم أدوات حادة لكسر الثلج.

الفائدة:

التعرف على حالات الماء، وتنمية الملاحظة والفضول العلمي، وتشجيع التجربة والاستكشاف،و تنمية الملاحظة والصبر.

26. ما الذي يمتص الماء؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

وعاء به كمية قليلة من الماء.

قطعة إسفنج.

قطعة قماش.

قطعة بلاستيك.

منشفة صغيرة.

الطريقة:

1. اعرضي الخامات المختلفة أمام الطفل.
2. اطلبي منه توقع أيها سيمتص الماء.
3. ضعي كل خامة في الماء أو لامسيها به.
4. اطلبي منه ملاحظة الفرق بين الخامات.
5. ناقشي معه سبب امتصاص الإسفنج والقماش للماء وعدم امتصاص البلاستيك له بالطريقة نفسها.

الأمان: ينفذ النشاط تحت إشراف الأم، مع استخدام كمية قليلة من الماء وتجفيف الأرضية بعد الانتهاء.

الفائدة:

التعرف على خصائص المواد.

تنمية الملاحظة والمقارنة.

التدريب على توقع النتائج والتحقق منها.

27. تعرف على الرائحة (3–6 سنوات)

المطلوب:

أوعية صغيرة آمنة.

مواد ذات روائح مألوفة، مثل النعناع والليمون والقرفة.

أغطية تسمح بمرور الرائحة دون ملامسة المادة.

الطريقة:

1. ضعي كل مادة في وعاء منفصل.
2. اطلبي من الطفل شم الرائحة بلطف من مسافة مناسبة.
3. شجعيه على وصف ما يشعر به.
4. اسأليه إن كان قد تعرف على الرائحة.
5. اربطي الرائحة بمصدرها، مثل الليمون أو النعناع.

الأمان: تجنبي الزيوت العطرية والمواد المهيجة، وراعي وجود أي حساسية لدى الطفل. لا تسمحي له بتذوق المواد أو لمسها بفمه.

الفائدة:

تنمية حاسة الشم.

تحسين التمييز الحسي.

إثراء الحصيلة اللغوية.

28. اسمع وحدد المصدر (3–6 سنوات)

المطلوب:

أدوات منزلية آمنة تصدر أصواتًا مختلفة، مثل الورق ووعاء بلاستيكي وملعقة خشبية.

الطريقة:

1. اجلسي مع الطفل في مكان هادئ.
2. أصدري صوتًا باستخدام إحدى الأدوات دون أن يراها.
3. اطلبي منه تخمين مصدر الصوت.
4. كرري ذلك باستخدام أدوات مختلفة.
5. يمكن أن يصف الطفل الصوت: قوي أو خفيف، سريع أو بطيء.

الأمان: تجنبي الأصوات العالية والمفاجئة، ولا تستخدمي أدوات معدنية حادة أو قابلة للكسر.

الفائدة:

تنمية التمييز السمعي.

تحسين الانتباه والتركيز.

ربط الأصوات بمصادرها.

29. صندوق الكنز الحسي (3–6 سنوات)

المطلوب:

صندوق أو كيس مغلق يحتوى على قطع كبيرة من القطن و القماش والإسفنج.و الخشب الناعم ورمل أو حجر.

الطريقة:

1. ضعي الخامات فى الصندوق واغمضي عيني الطفل أو ضعي رباط على عينيه .
2. اطلبي منه لمس كل خامة ووصفها.
3. ساعديه على استخدام كلمات مثل: ناعم، خشن، لين، صلب.

الأمان: تأكدي من نظافة الخامات وخلوها من الأجزاء الصغيرة أو الحواف الحادة، ولا تستخدمي مواد قد تسبب الحساسية.

الفائدة:

تحسين التمييز الحسي و زيادة المفردات اللغوية.



30. بارد أم دافئ؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

وعاءان بلاستيكيان.

ماء بدرجة حرارة الغرفة.

ماء دافئ قليلا.

الطريقة:

1. ضعي الماء في الوعاءين بدرجتين مختلفتين من الحرارة.
2. اطلبي من الطفل لمس الماء بيده.
3. اسأليه عن الفرق بينهما.
4. علميه استخدام كلمتي بارد ودافئ.
5. ناقشي معه الأشياء التي يشعر أنها باردة أو دافئة في حياته اليومية.

الأمان: يجب على الأم التأكد بنفسها من درجة حرارة الماء قبل تقديمه للطفل، وتجنب الماء الساخن تمامًا.

الفائدة:

تنمية الإدراك الحسي.

تعلم التمييز بين درجات الحرارة.

إثراء الحصيلة اللغوية.

الباب الخامس

أنشطة تنمي مهارات الطفل الحركية

- تساعد الأنشطة الحركية الطفل على تقوية عضلاته، وتحسين توازنه وتناسق حركاته، وتنمية قدرته على التحكم في جسمه. كما تمنحه فرصة للتعلم من خلال الحركة والتجربة، وتساعده على اكتساب الثقة بنفسه.
- لا تقتصر الحركة على الجري والقفز، بل تشمل أيضًا استخدام اليدين، والتعامل مع الأشياء، والبناء والتركيب، وإدراك المسافات والاتجاهات.
- اختاري النشاط وفق عمر الطفل وقدراته، وليس وفق عمره فقط.
- ابدئي بالخطوات السهلة، ثم زيدي مستوى التحدي تدريجيًا.
- شجعي المحاولة ولا تركزي على النتيجة أو إتقان الحركة.
- لا تقارني أداء طفلك بأداء طفل آخر.
- اجعلي مساحة اللعب مناسبة وخالية من العوائق.
- راقبي الطفل باستمرار، ولا تتركيه بمفرده أثناء الأنشطة.
- توقفي عن النشاط إذا ظهر على الطفل التعب أو الألم أو عدم الارتياح.

الهدف هو تنمية مهارات الطفل من خلال اللعب والحركة، وليس تدريبه على أداء مثالي.

1. مسار العقبات البسيط (3–6 سنوات)

المطلوب:

وسائد ثابتة ، حلقات أرضية أو علامات ورقية كبيرة.

كرات خفيفة ، صناديق كرتونية منخفضة وثابتة.

الطريقة:

1-اختاري مساحة مناسبة على الأرض، وأزيلي منها الأثاث والأشياء التي قد تعوق الحركة.

2- رتبي الوسائد والعلامات الأرضية لتكوين مسار بسيط.

3- اطلبي من الطفل المشي بين العلامات، وتجاوز الوسائد المنخفضة، ثم الانحناء لالتقاط كرة ووضعها في سلة.

4- يمكن تغيير ترتيب المسار من وقت لآخر حتى يجرب الطفل حركات مختلفة.

5- ابدئي بمسار سهل، ثم أضيفي تحديات بسيطة وفق قدرة الطفل.

الأمان:تأكدي من ثبات الوسائد والصناديق وعدم انزلاقها.

اجعلي جميع العوائق منخفضة، ولا تطلبي من الطفل تسلق الأثاث أو القفز من ارتفاع ، وتابعي الطفل طوال النشاط.

أبعدي المسار عن الزوايا الحادة والأرضيات الزلقة.

الفائدة:

تقوية عضلات الجسم ، تحسين التوازن والتناسق الحركي.

تنمية القدرة على التخطيط الحركي ، زيادة الثقة بالنفس.

2. امش بطرق مختلفة (3–6 سنوات)

المطلوب:مساحة آمنة وخالية من العوائق.

علامات أرضية كبيرة لتحديد مسار الحركة عند الحاجة.

الطريقة:

1-اطلبي من الطفل المشي بخطوات عادية، ثم بخطوات واسعة وأخرى قصيرة.

2- شجعيه على المشي على أطراف أصابعه، ثم على كعبيه إذا استطاع ذلك دون إجهاد.

3- اطلبي منه المشي ببطء، ثم بسرعة معتدلة.

4- اجعليه يتبع مسارًا مستقيمًا أو يلتف حول علامات موضوعة على الأرض.

5- قدمي الحركة أمامه كنموذج حتى يتمكن من تقليدها.

6- أطلبي منه تقليد مشي بعض الحيوانات مثل البطريق أو يقفز مثل الأرنب ، سيستمتع كثيرا.

الأمان:

اختاري أرضية مستوية وغير زلقة.

تجنبي المشي للخلف إلا مع متابعة مباشرة ومساعدة الأم.

لا تطلبي من الطفل حركات يصعب عليه تنفيذها أو قد تعرضه للسقوط.

الفائدة:تقوية عضلات الساقين ، تحسين التحكم في خطوات المشي.تنمية التوازن والتناسق ، زيادة الوعي بحركة الجسم.

3. رمي الكرات في السلة (3–6 سنوات)

المطلوب:

كرات كبيرة وخفيفة.

سلة واسعة أو صندوق مفتوح منخفض.

الطريقة:

1- ضعي السلة أمام الطفل على مسافة قريبة.

2- أعطيه كرة واطلبي منه محاولة إدخالها في السلة.

3- ابدئي بمسافة سهلة، ثم زيديها تدريجيًا إذا أتقن الطفل الرمي.

4- غيري مكان السلة أحيانًا، واجعلي الطفل يجرب الرمي من اتجاهات مختلفة.

5- شجعيه على جمع الكرات وإعادة المحاولة بنفسه.

الأمان:

استخدمي كرات خفيفة وكبيرة لا يمكن ابتلاعها.

لا تسمحي برمي الكرات تجاه الوجوه أو الأشخاص.

أبعدي السلة عن الزجاج والأثاث القابل للكسر.

الفائدة:

تقوية عضلات الذراعين والكتفين.

تحسين التناسق بين العين واليد.

تنمية تقدير المسافة والاتجاه.

تعزيز التركيز والمثابرة.

4. اقفز داخل الحلقات (3–6 سنوات)

المطلوب:

حلقات أرضية كبيرة غير قابلة للكسر، أو دوائر مرسومة على الأرض بشريط لاصق آمن.

الطريقة:

1- رتبي الحلقات على الأرض مع ترك مسافات مناسبة بينها.

2- اطلبي من الطفل الوقوف داخل الحلقة الأولى، ثم الانتقال بالقفز إلى الحلقة التالية.

3- يمكنه القفز بكلتا القدمين معًا، ثم تجربة القفز بقدم واحدة إذا كان عمره وقدراته يسمحان.

4- غيري ترتيب الحلقات لتكوين مسارات مختلفة.

5- شجعي الطفل على تنفيذ الحركة دون استعجال.

الأمان:

تأكدي من ثبات الحلقات وعدم انزلاقها.

لا تضعي الحلقات فوق أرضية زلقة.

اتركي مسافات قصيرة بين الحلقات مناسبة لقدرة الطفل.

لا تجبري الطفل على القفز بقدم واحدة إذا لم يكن مستعدًا.

الفائدة:

تقوية عضلات الساقين ، تحسين التوازن والتناسق الحركي.

تنمية التحكم في حركة الجسم ، زيادة الثقة بالقدرات البدنية.

5. قلد الحركات (3–6 سنوات)

المطلوب:

مساحة آمنة للحركة.

الطريقة:

1- قفي أمام الطفل ونفذي حركة بسيطة ليقلدها، مثل رفع الذراعين أو ثني الركبتين أو مد اليدين للأمام.

2- انتقلي إلى حركات أكثر تنوعًا، مثل الوقوف على أطراف الأصابع أو لمس الركبتين أو الانحناء قليلا

3- اجعلي الطفل يتولى القيادة أحيانًا، وينفذ حركة تختارين أنت تقليدها.

4- يمكن تنفيذ حركتين متتاليتين ليحاول الطفل تذكرهما وتقليدهما بالترتيب.

الأمان:

اختاري حركات مناسبة لعمر الطفل وقدراته.

تجنبي الحركات المفاجئة أو ثني المفاصل بصورة مبالغ فيها.

لا تطلبي منه تقليد حركات قد تسبب فقدان التوازن أو السقوط.

الفائدة:

تنمية التناسق الحركي ، تحسين الانتباه والتركيز.

تقوية الذاكرة الحركية ، زيادة الوعي بأجزاء الجسم.

6. انقل الكرات إلى الهدف باليد أو بالملعقة (3–6 سنوات)

المطلوب:

كرات قماشية أو بلاستيكية ، سلتان أو صندوقان مفتوحان.

الطريقة:

1- ضعي الكرات في سلة، واجعلي السلة الأخرى على مسافة مناسبة.

2- اطلبي من الطفل نقل الكرات واحدة تلو الأخرى من السلة الأولى إلى الثانية باستخدام يديه أو باستخدام ملعقة.

3- غيري مكان السلتين ليجرب النقل في اتجاهات مختلفة ويمكن وضع شريط لاصق على الأرض يمشي عليه بالكرة .

4- شجعيه على التحكم في الكرة أثناء حملها دون إسقاطها.

الأمان: استخدمي كرات كبيرة نسبيا وخفيفة لا تحتوي على أجزاء قابلة للانفصال.

ضعي السلال على الأرض وفي مكان ثابت.

لا تستخدمي كرات ثقيلة أو سلالا ذات حواف حادة.

الفائدة:

تقوية عضلات الذراعين واليدين.

تحسين التناسق بين العين واليد.

تنمية التحكم في حركة الجسم .

تدريب الطفل على الدقة والتركيز.

7. امش على خط مستقيم (3–6 سنوات)

المطلوب:

شريط لاصق ورقي عريض لتحديد خط على الأرض.

الطريقة:

1- ضعي شريطًا لاصقًا على الأرض في خط مستقيم.

2- اطلبي من الطفل المشي فوق الخط مع محاولة وضع قدميه بالقرب منه.

3- يمكنه مد ذراعيه إلى الجانبين للمساعدة على حفظ توازنه.

4- شجعيه على المشي ببطء مع النظر إلى الأمام.

5- بعد إتقان ذلك، يمكن رسم خط متعرج بسيط ليحاول اتباعه.

الأمان:

تأكدي من التصاق الشريط بالأرض جيدًا وعدم تكون أطراف مرتفعة قد تعثر الطفل.

اختاري أرضية مستوية وجافة.

لا تستخدمي حبلا مرتفعًا أو لوحًا ضيقًا للمشي عليه.

الفائدة:

تحسين التوازن.

تقوية عضلات الساقين.

تنمية التركيز والتحكم في خطوات المشي.

تحسين التناسق بين حركة العين والقدمين.

8. قف على قدم واحدة (4–6 سنوات)

المطلوب:

مساحة آمنة وأرضية ثابتة.

الطريقة:

1- اطلبي من الطفل الوقوف مستقيمًا مع تثبيت قدميه على الأرض.

2- شجعيه على رفع قدم واحدة قليلًا مع الحفاظ على توازنه.

3- يمكنه مد ذراعيه إلى الجانبين للمساعدة.

4- دعيه يبدل بين القدمين.

5- إذا واجه صعوبة، يمكنه الاستناد بيده إلى الأم أو إلى سطح ثابت.

الأمان:

نفذي النشاط بعيدًا عن الأثاث والزوايا الحادة.

لا تطلبي من الطفل إغلاق عينيه أثناء الوقوف.

لا تجبريه على الاستمرار إذا شعر بالتعب أو فقد توازنه.

الفائدة:

تقوية عضلات الساقين.

تحسين التوازن والثبات.

تنمية التحكم في وضع الجسم.

تعزيز الثقة بالنفس.

9. التقط الكرة (3–6 سنوات)

المطلوب:

كرة كبيرة وخفيفة وناعمة.

الطريقة:

1- قفي أمام الطفل على مسافة قريبة.

2- مرري الكرة إليه برفق من مستوى منخفض.

3- شجعيه على مد ذراعيه ومحاولة التقاطها بكلتا يديه.

4- ابدئي بتمريرات بطيئة ومباشرة، ثم غيري اتجاه الكرة قليلًا إذا تحسن أداؤه.

5- يمكن للطفل بعد ذلك تمرير الكرة إليك.

الأمان:

استخدمي كرة خفيفة وناعمة.

لا تقذفي الكرة بقوة أو تجاه وجه الطفل.

اتركي مساحة كافية للحركة بعيدًا عن الأشياء القابلة للكسر.

الفائدة:

تحسين التناسق بين العين واليد.

تنمية سرعة الاستجابة.

تقوية عضلات الذراعين.

تحسين التركيز والانتباه.

10. امش مع حمل شيء خفيف (3–6 سنوات)

المطلوب:

وسادة صغيرة أو كرة قماشية كبيرة أو كتاب ،سلة أو صندوق مفتوح.

الطريقة:

1- أعطي الطفل وسادة صغيرة أو كرة قماشية كبيرة ليحملها بكلتا يديه.

2- اطلبي منه المشي بها من نقطة إلى أخرى ووضعها داخل السلة.

3- كرري النشاط باستخدام أشياء خفيفة مختلفة في الحجم و الشكل.

4- يمكن حمل كتاب فوق رأسه والمشي على مسار خط مرسوم على الأرض

5- شجعيه على المشي بثبات دون استعجال.

الأمان:

اختاري أشياء خفيفة لا تحجب رؤية الطفل للطريق.

تأكدي من خلو المسار من العوائق.

الفائدة:

تحسين التوازن أثناء الحركة ،تعزيز الانتباه للمحيط.

تنمية التناسق بين الذراعين والساقين.

تدريب الطفل على التحكم في الجسم أثناء حمل الأشياء.

11. تحرك وتوقف (3–6 سنوات)

المطلوب:مساحة مناسبة للحركة وخالية من العوائق.

الطريقة:

1- اطلبي من الطفل المشي في المكان أو التحرك بحرية داخل المساحة المحددة.

2- أعطيه إشارة واضحة للتوقف، مثل قول كلمة «توقف».

3- عندما يسمع الإشارة، يحاول الثبات في مكانه.

4- أعطيه إشارة أخرى للعودة إلى الحركة.

5- يمكن تنويع الحركات بين المشي ورفع الركبتين وتحريك الذراعين.

6- ابدئي بحركات بسيطة، ثم أضيفي حركات جديدة بحسب قدرته.

الأمان:

حددي مساحة الحركة بوضوح.

تجنبي الجري السريع أو الحركات التي قد تؤدي إلى الاصطدام.

لا تستخدمي أصواتا مفاجئة أو مرتفعة لإعطاء الإشارات.

الفائدة:

تنمية التحكم في الحركة ، تحسين سرعة الاستجابة.

تدريب الطفل على الانتباه للتعليمات.

تقوية التوازن والتناسق الحركي.

الباب السادس

أنشطة تنمي الجانب الديني والإيماني لدى الطفل من 3 إلى 6 سنوات

- تعد مرحلة الطفولة المبكرة من أهم المراحل لغرس محبة الله تعالى ورسوله ﷺ، وتعريف الطفل بدينه وتعويده على العبادات والآداب الإسلامية.
- ويكون ذلك من خلال القدوة الحسنة، والقصص الصحيحة، والأنشطة البسيطة التي تناسب قدراته العقلية واللغوية والحركية.
- ولا يكون الهدف في هذه المرحلة كثرة المحفوظات أو مطالبة الطفل بإتقان العبادات.

الهدف الأساسي:

أن ينشأ الطفل محبًا لله تعالى، محبًا لرسوله ﷺ، معتزا بدينه ، يعرف العبادات والآداب الإسلامية، ومعتادًا على ممارسة الخير من خلال القدوة والمحبة والتطبيق العملي.

1. أتأمل خلق الله وأتعرف على نعمه (3–6 سنوات)

المطلوب:

صور للطبيعة والسماء والبحار والجبال والنباتات.

صور لبعض النعم مثل الطعام والماء والملابس.

أوراق وألوان للرسم.

الطريقة:

1- اعرضي على الطفل صورًا لمخلوقات الله، مثل الشمس والقمر والسماء والنباتات.

2- تحدثي معه عن جمال خلق الله وتنوع مخلوقاته.

3- اطرحي عليه أسئلة بسيطة، مثل: من خلق السماء؟ ومن أنبت النباتات؟ ومن رزقنا الطعام والماء؟

4- وضحي له أن الله تعالى هو الخالق والرازق والمنعم.

5- انتقلي إلى الحديث عن النعم التي يستخدمها في حياته اليومية، مثل نعمة البصر والسمع والأسرة والطعام.

6- شجعيه على ذكر نعمة يحبها، ثم قولي معه: الحمد لله.

7- يمكنه رسم نعمة يحبها، والتعبير عنها بكلماته.

الأمان:

اختاري صورًا ومشاهد مناسبة لعمر الطفل.

عند الخروج لمشاهدة الطبيعة، تجنبي النباتات والأشياء المجهولة أو الضارة.

الفائدة:

غرس محبة الله وتعظيمه ، وتنمية التأمل والتفكر في خلق الله.

تعريف الطفل بنعم الله ، وتعويده على الشكر والامتنان.

2. أتعرف على أسماء الله الحسنى (4–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات كبيرة مكتوب عليها بعض أسماء الله الحسنى.

لوحة أو ملف لحفظ البطاقات.

صور توضيحية مناسبة لبعض المعاني.

الطريقة:

1- اختاري اسمًا واحدًا من أسماء الله الحسنى في كل مرة.

2- ابدئي بأسماء يسهل تقريب معانيها للطفل، مثل: الرحمن، الرحيم، الخالق، الرزاق.

3- اشرحي معنى الاسم بكلمات بسيطة، مثل أن الله هو الخالق الذي خلقنا وخلق كل شيء.

4- اربطي الاسم بموقف من حياة الطفل؛ فعند الحديث عن اسم الرزاق، اشرحي له أن الله يرزق المخلوقات بالطعام والماء.

5- اعرضي البطاقة واطلبي منه تذكر الاسم أو معناه بحسب قدرته.

6- شجعيه على ذكر ما تعلمه بأسلوبه، دون إلزامه بحفظ جميع الأسماء.

الأمان:

تأكدي من صحة كتابة أسماء الله الحسنى.

احرصي على احترام البطاقات وحفظها في مكان مناسب.

لا تستخدمي صورًا أو رسومات تمثل ذات الله سبحانه وتعالى.

الفائدة:

تعريف الطفل ببعض أسماء الله الحسنى ومعانيها.

تنمية محبة الله وتعظيم، وتنمية الذاكرة واللغة.

ربط المعرفة الدينية بالمواقف اليومية.

3. رحلتي مع القرآن الكريم (3–6 سنوات)

المطلوب:

مصحف مناسب للتعليم.

حامل مصحف مناسب لحجم الطفل.

بطاقات بأسماء بعض السور القصيرة.

أوراق وألوان لرسم معانٍ بسيطة من السور.

الطريقة:

1- خصصي مكانًا هادئًا ومناسبًا للجلوس مع الطفل وقراءة القرآن.

2- ابدئي بتعويده على الاستماع إلى تلاوة القرآن بصوت واضح وهادئ.

3- اختاري سورة قصيرة مناسبة لقدراته، مثل سورة الإخلاص أو الفلق أو الناس.

4- اقرئي آية واحدة وشجعيه على ترديدها إذا رغب واستطاع.

5اشرحي له معنى بسيطًا من السورة، مثل أن سورة الإخلاص تعرفنا بالله تعالى ووحدانيته.

6- استخدمي بطاقات تحمل أسماء السور، واطلبي منه اختيار اسم السورة التي استمع إليها.

7- شجعيه على مراجعة ما حفظه دون ضغط، ويمكنك أن تطلبي منه التعبير عما فهمه بالرسم أو الكلام.

8- اجعلي الاستماع والتعلم مرتبطين بالمحبة والطمأنينة، لا بالاختبار المستمر.

الأمان:

علمي الطفل التعامل باحترام مع المصحف وتقليب صفحاته برفق.

لا تتركي المصحف على الأرض أو في مكان معرض للاتساخ أو التلف.

لا تضغطي على الطفل لإتمام الحفظ أو سرعة الترديد.

راجعي صحة التلاوة والتفسير قبل تعليمهما.

الفائدة:

تنمية محبة القرآن الكريم، وتعويد الطفل على الاستماع إليه.

تنمية الذاكرة واللغة ،و بناء ارتباط إيجابي بالعبادة والتعلم.

4. أتعرف على رسول الله ﷺ وأقتدي به (3–6 سنوات)

المطلوب:

كتاب مبسط عن السيرة وصور توضيحية للأماكن والأشياء المرتبطة بها دون تصوير النبي ﷺ.

بطاقات مكتوب عليها بعض أخلاق النبي ﷺ.

الطريقة:

1- احكي للطفل قصصًا صحيحة ومبسطة من سيرة الرسول ﷺ.

2- ابدئي بمواقف توضح رحمته بالصغار، ورفقه بالآخرين، وصدقه وأمانته.

3- اشرحي له أن محمدًا ﷺ هو رسول الله الذي أرسله لهداية الناس وتعليمهم الخير.

4- اعرضي بطاقة تحمل خلقًا من أخلاقه، مثل الرحمة أو الصدق أو الرفق.

5- اسأليه: كيف يمكن أن نقتدي بالنبي ﷺ في هذا الموقف؟

6- عرّفيه ببعض المعلومات البسيطة عن مولده ونشأته ورسالته وفق قدرته على الفهم.

الأمان:

اعتمدي على مصادر موثوقة في السيرة النبوية.

تجنبي القصص غير الثابتة والمبالغات.

الفائدة:تنمية محبة الرسول ﷺ ،و التعرف على سيرته وأخلاقه.

غرس الاقتداء بالقدوة الصالحة.

5. أتعلم الوضوء (3–6 سنوات)

المطلوب:مصدر ماء مناسب، ومنشفة صغيرة.

صور توضيحية لخطوات الوضوء.

الطريقة:

1- اجعلي الطفل يشاهد وضوءك، واشرحي له أن الوضوء طهارة نستعد بها للصلاة.

2- عرّفيه بأعضاء الوضوء بالترتيب، مع توضيح غسل الوجه واليدين ومسح الرأس وغسل القدمين.

3- دعيه يجرب الوضوء بمساعدتك، ووضحي له كيفية غسل كل عضو.

4- استخدمي الصور لتذكيره بالخطوات.

5- شجعيه على المحاولة، ولا تشترطي إتقانه لجميع التفاصيل في البداية.

6- يمكن تكرار التدريب في المواقف اليومية عندما يرغب الطفل في المشاركة.

الأمان:لا تتركي الطفل بمفرده قرب الماء.

تأكدي من جفاف الأرضية وعدم انزلاق الطفل.

الفائدة:

التعرف على الطهارة والوضوء ، وتعلم ترتيب الخطوات.

6. أصلي بجوار أمي (3–6 سنوات)

المطلوب:سجادة صلاة مناسبة لحجم الطفل.

ملابس مناسبة للصلاة عند الحاجة.

الطريقة:

1- شجعي الطفل على الوقوف بجوارك عندما تصلين.

2- اشرحي له أن الصلاة عبادة نتقرب بها إلى الله تعالى.

3- دعيه يقلد حركات الصلاة بحسب قدرته.

4- عرّفيه بأسماء الصلوات الخمس تدريجيًا.

5- اشرحي له بعض الكلمات التي يسمعها في الصلاة، مثل الله أكبر وسبحان ربي العظيم.

6- شجعيه على المشاركة دون إلزام، واتركي له فرصة السؤال والتعلم.

7- اجعلي الصلاة مرتبطة في ذهنه بالطمأنينة ومحبة الله، لا بالتوبيخ أو العقاب.

الأمان:تأكدي من ثبات سجادة الصلاة وعدم انزلاقها.

لا تعنفيه إذا تحرك أو انصرف عن الصلاة، ولا تطالبيه بإتقان جميع أركانها في هذه المرحلة.

الفائدة:غرس محبة الصلاة، و التعرف على حركاتها وبعض أقوالها.

تعويد الطفل على مشاهدة العبادة والمشاركة فيها.

7. بطاقات الأذكار اليومية (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات كبيرة تحمل أذكارًا قصيرة صحيحة.

صندوق أو لوحة لحفظ البطاقات.

صور توضيحية لبعض المواقف اليومية.

الطريقة:

اختاري أذكارًا قصيرة، مثل: بسم الله، الحمد لله، سبحان الله، أستغفر الله.

اشرحي للطفل معنى الذكر بأسلوب بسيط.

اربطي كل ذكر بالموقف المناسب؛ مثل قول بسم الله قبل الطعام، والحمد لله بعده.

اعرضي البطاقة أمامه، واقرئي الذكر بوضوح.

شجعيه على ترديده عندما يرغب.

اجعلي استخدام الأذكار جزءًا طبيعيًا من يوم الأسرة، مع مراعاة صحة الذكر وموضع قوله.

الأمان:

تأكدي من صحة الأذكار، و احفظي البطاقات في مكان مناسب.

استخدمي بطاقات كبيرة لا تحتوي على أجزاء قابلة للانفصال.

الفائدة:تعويد الطفل على ذكر الله، وتنمية الذاكرة واللغة.

ربط الأذكار بالمواقف اليومية ،وغرس محبة الطاعات

.

8. أتعلم الآداب الإسلامية بالكلمات والمواقف (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات كبيرة مكتوب عليها كلمات مثل: السلام عليكم، شكرًا، من فضلك، أعتذر. صور لمواقف يومية ، وصندوق لحفظ البطاقات.

الطريقة:

1- اختاري موقفًا يوميًا، مثل دخول المنزل أو تناول الطعام أو مقابلة الآخرين.

2- اعرضي صورة الموقف واسألي الطفل: ماذا نقول أو نفعل هنا

3- ساعديه على اختيار التصرف المناسب.

4- وضحي له الأدب الإسلامي المرتبط بالموقف، مثل إلقاء السلام والاستئذان واحترام الآخرين.

5- مثلي معه الموقف، وتبادلا الأدوار حتى يتعلم التعبير المناسب.

6- شجعيه على استخدام الكلمات الطيبة في تعامله مع أفراد الأسرة.

7- أضيفي مواقف جديدة تدريجيًا، مثل الاعتذار عند الخطأ، وشكر من يقدم له المساعدة.

الأمان:استخدمي مواقف بسيطة ومألوفة للطفل.

تجنبي تخويفه أو إحراجه عند نسيان الأدب أو الخطأ فيه.

الفائدة:غرس الآداب والأخلاق الإسلامية وتنمية مهارات التواصل ،وتعويد الطفل على الكلام الطيب واحترام الآخرين.

9. الصدقة والعطاء (3–6 سنوات)

المطلوب:حصالة أو صندوق صدقة.

صور توضح بعض صور المساعدة والعطاء.

نقود ورقية أو معدنية يتعامل معها الطفل بإشراف الأم.

الطريقة:

1- اشرحي للطفل أن الصدقة من أعمال الخير التي يحبها الله.

2- عرّفيه ببعض صور العطاء، مثل مساعدة المحتاج وإطعام الفقير ومشاركة الآخرين.

3- شجعيه على وضع جزء يسير من ماله في حصالة الصدقة إذا كان لديه مال مخصص لذلك.

4- ساعديه على اختيار جهة موثوقة لإيصال الصدقة.

5- وضحي له أن العطاء لا يقتصر على المال، بل يشمل مساعدة الآخرين والكلمة الطيبة.

6- شجعيه على المشاركة في تجهيز شيء نافع للآخرين بمساعدتك.

الأمان:أشرفي على تعامل الطفل مع النقود المعدنية الصغيرة، ولا تسمحي له بوضعها في فمه.اختاري جهة موثوقة للصدقة

لا تجعلي الطفل مسؤولًا عن تسليم الأموال بنفسه.

الفائدة:

غرس حب العطاء والإحسان، وتنمية الرحمة والتعاون.

تعريف الطفل بمفهوم الصدقة،وتعويده على الاهتمام بالآخرين.

10. أستقبل رمضان (3–6 سنوات)

المطلوب:تقويم ورقي بسيط ، و بطاقات لأعمال الخير.

أوراق ملونة وأدوات تزيين آمنة.

الطريقة:

1- عرّفي الطفل بشهر رمضان، وأنه شهر الصيام والقرآن والطاعات.

2- اصنعي معه تقويمًا بسيطًا يحمل أيام الشهر.

3- جهزي بطاقات لأعمال خير مناسبة لعمره، مثل مساعدة الأم وإطعام محتاج والمحافظة على الأذكار.

4- دعيه يختار عملا صالحًا يرغب في المشاركة فيه.

5- شاركيه في تجهيز مائدة الإفطار أو توزيع الطعام على المحتاجين بمساعدتك.

6- اشرحي له أن الصيام عبادة نتقرب بها إلى الله، وأن الأطفال يتعلمون العبادات تدريجيًا بحسب أعمارهم وقدراتهم.

الأمان:

لا تضغطي على الطفل للصيام إذا لم يكن مستعدًا أو قادرًا.

أشرفي عليه عند استخدام أدوات التزيين.

تجنبي القطع الصغيرة والأدوات الحادة.

الفائدة:التعرف على شهر رمضان وفضائله، وغرس حب الطاعات.

تنمية المشاركة الأسرية، و تعزيز روح العطاء والتعاون.

11. أتعرف على العيد (3–6 سنوات)

المطلوب:بطاقات مصورة عن عيد الفطر وعيد الأضحى.

ملابس العيد، وصور لبعض مظاهر العيد. وأدوات تزيين آمنة.

الطريقة:

1- تحدثي مع الطفل عن عيد الفطر وعيد الأضحى، ووضحي له أن المسلمين يحتفلون بهما.

2- اشرحي له أن عيد الفطر يأتي بعد شهر رمضان، وأن عيد الأضحى يرتبط بالحج وقصة إبراهيم عليه السلام وامتثاله لأمر الله.

3- عرّفيه ببعض شعائر العيد، مثل صلاة العيد والتكبير وصلة الرحم.

4- شاركيه في تجهيز ملابس العيد وترتيب الهدايا.

5- شجعيه على تهنئة الأقارب وزيارتهم.

6- تحدثي معه عن مشاركة فرحة العيد وإدخال السرور على الآخرين.

الأمان:أشرفي على استخدام أدوات التزيين.

تجنبي الأدوات الحادة والقطع الصغيرة.

عند مشاركة الطفل في توزيع الهدايا، تابعيه وساعديه.

الفائدة:التعرف على المناسبات الإسلامية، وتنمية صلة الرحم والمحبة.

غرس روح المشاركة والفرح، والتعرف على بعض شعائر العيد.

12. أتعرف على أركان الإسلام (4–6 سنوات)

المطلوب:

خمس بطاقات كبيرة ، وصور توضيحية مناسبة لكل ركن.

لوحة أو ورقة كبيرة لترتيب البطاقات.

الطريقة:

1- عرّفي الطفل بأن الإسلام له خمسة أركان، ثم اشرحيها له بصورة مبسطة.

2-؛خصصي بطاقة لكل ركن، واكتبي اسمه عليها.

3- استخدمي صورة أو وسيلة تعليمية مناسبة لتقريب معناه.

4- ابدئي بالشرح المبسط، ثم اطلبي من الطفل ترتيب البطاقات أو الإشارة إلى الركن الذي تسألينه عنه.

5- اربطي كل ركن بما تعلمه في الأنشطة السابقة؛ مثل الصلاة والوضوء ورمضان.

6- شجعيه على تذكر الأركان وفهم معانيها دون مطالبته بحفظ الشروح والتفاصيل.

الأمان:

تأكدي من صحة المعلومات المكتوبة على البطاقات.

استخدمي بطاقات كبيرة لا تحتوي على أجزاء صغيرة.

الفائدة: تنمية المعرفة الدينية الأساسية.

تنمية الذاكرة والقدرة على التصنيف والترتيب.


تقبل الله
منا ومنكم
كل عام
وَأنتم بخير


دعاء بعد الأكل
الحمد لله الذي أطعمنا وسقانا
وجعلنا مسلمين
دعاء قبل الأكل
بسم الله


الرحيم
الرحمن
القدوس
الملك


دعاء السفر
سُبحان الذي سخّر لنا هذا
وما كنا له مقرنين
دعاء قبل النوم
باسمك اللهُم أموت وأحيا

إرشادات مهمة للأم أثناء تنمية الجانب الديني للطفل

- اجعلي القدوة العملية أساس التربية الدينية؛ فالطفل يتعلم مما يراه ويسمعه في حياته اليومية.
- اربطي الدين بالحب والرحمة والطمأنينة، ولا تستخدمي التخويف والتهديد وسيلة للتربية.
- لا تكثري من الأوامر والتلقين، بل قدمي المعلومات بصورة بسيطة ومتدرجة.
- أجيبي عن أسئلة الطفل بما يناسب عمره، ولا تسخري من أسئلته مهما بدت بسيطة.
- لا تجعلي حفظ القرآن أو الأذكار أو إتقان العبادات شرطًا للحصول على المكافأة أو المدح.
- استخدمي القصص الصحيحة والوسائل التعليمية المناسبة.
- شجعي السلوك الإيجابي دون مقارنة الطفل بإخوته أو غيره.
- راعي الفروق الفردية؛ فقد يستوعب طفل بعض المعاني مبكرًا، بينما يحتاج طفل آخر إلى وقت أطول.
- لا تكلفي الطفل بما يفوق قدرته، واجعلي التعلم قائمًا على المحبة والتدرج والتكرار اللطيف.

منهج ميراث

- منهج ميراث للمستوى التمهيدي يناسب المرحلة من 3 إلى 5 سنوات ويناسب 6سنوات أيضا.
- هو مجموعة من الكتيبات التي تحتوى على معلومات دينية صحيحة و موثوقة من القرآن والسنة.
- ويشمل الاقسام الآتية ...

📘 العلوم الإسلامية

📕 تحفيظ القرآن العظيم

📙 اللغة العربية

📗 العلوم الحياتية

📒 تنمية المهارات

📖 المجموعة القصصية: سلسلة الآداب

📖 المجموعة القصصية: قصص الأنبياء عليهم السلام

📖 المجموعة القصصية: قصص القدوات(الخلفاء الراشدين)

📖 المجموعة القصصية: سلسلة القدوات(الصحابيات)

📖 المجموعة القصصية: قصص من القرآن العظيم

📓 دليل المعلم للمستوى التمهيدي

- الجدول اليومي

●● يمكنكم الدخول على الرابط التالي لتحميل المنهج مجاناً وطباعته لأطفالكم https://ketaeb.com/

أو من على قناة جيل على مواقع التواصل الاجتماعي







الباب السابع
أنشطة تنمي شخصية الطفل وعلاقاته

1. أشياء أحبها في نفسي (4–6 سنوات)

المطلوب:

ورقة كبيرة ، أقلام تلوين آمنة ، مرآة آمنة غير قابلة للكسر.

الطريقة:

1. اجلسي مع الطفل أمام المرآة أو في مكان مريح.
2. اسأليه عن الأشياء التي يحبها في نفسه، مثل أنه يساعد الآخرين أو يحب التعلم أو يجيد ترتيب ألعابه.
3. ساعديه على رسم صورة لنفسه.
4. اكتبي بجوار الرسم بعض الصفات الإيجابية التي يذكرها.
5. أضيفي أنتِ صفات جميلة تلاحظينها فيه، مع توضيح أمثلة من تصرفاته.

الأمان: استخدمي مرآة آمنة غير زجاجية، وألوانًا غير سامة.

الفائدة:

تعزيز تقدير الذات ، تنمية التعبير عن النفس.

مساعدة الطفل على التعرف على نقاط قوته.

2. اختر بنفسك (3–6 سنوات)

المطلوب:

ملابس مناسبة للطفل ، قصص أو كتب مصورة.

ألعاب وأنشطة متنوعة.

الطريقة:

1. قدمي للطفل اختيارين مناسبين، مثل اختيار القصة التي يريد قراءتها أو اللعبة التي يرغب في استخدامها.
2. اتركي له اتخاذ القرار دون فرض اختيارك عليه ما دام الاختيار مناسبًا.
3. احترمي قراره، ثم ناقشيه بلطف إذا اختار شيئًا غير مناسب.
4. وسعي دائرة الاختيارات تدريجيًا بحسب قدرته على اتخاذ القرار.

الأمان: اجعلي الاختيارات محدودة ومناسبة لعمر الطفل، ولا تضعي أمامه خيارات تتعلق بأمور خطرة أو غير مناسبة.

الفائدة:

تنمية القدرة على اتخاذ القرار.

تعزيز الثقة بالنفس.

تعلم تحمل نتائج الاختيارات البسيطة.

3. تعرف على مشاعرك (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات كبيرة مرسوم عليها وجوه تعبر عن مشاعر مختلفة، مثل الفرح والحزن والغضب والخوف.

مرآة آمنة.

الطريقة:

1. اعرضي البطاقات على الطفل.
2. اشرحي له اسم كل شعور ومتى قد يشعر به الإنسان.
3. اطلبي منه تقليد تعبير الوجه الموجود في البطاقة أمام المرآة.
4. اسأليه: متى تشعر بالفرح؟ وماذا تفعل عندما تحزن؟
5. أكدي له أن جميع المشاعر طبيعية، لكن المهم أن نتعلم التعبير عنها بطريقة مناسبة.

الأمان: استخدمي بطاقات ومرآة آمنتين، وتجنبي تخويف الطفل أو السخرية من مشاعره.

الفائدة:

تنمية الوعي بالمشاعر.

مساعدة الطفل على تسمية ما يشعر به.

تحسين التواصل والتعبير عن النفس.

4. احكِ لي عن يومك (3–6 سنوات)

المطلوب:

مكان هادئ للجلوس.

صور بسيطة يمكن الاستعانة بها لتذكير الطفل بأحداث يومه.

الطريقة:

1. اجلسي مع الطفل واسأليه عن أكثر شيء أعجبه في يومه.
2. اسأليه إن كان قد واجه موقفًا أزعجه أو أسعده.
3. استمعي إليه دون مقاطعة أو إصدار أحكام.
4. ساعديه على التعبير عن مشاعره بكلمات واضحة.
5. إذا حكى عن مشكلة، ناقشي معه طريقة مناسبة للتعامل معها.

الأمان: لا تضغطي على الطفل ليحكي أمرًا لا يرغب في الحديث عنه، واجعلي الحوار قائمًا على الثقة والطمأنينة.

الفائدة:

تنمية القدرة على التعبير.

تعزيز التواصل بين الأم والطفل.

مساعدة الطفل على فهم مشاعره ومواقفه اليومية.

5. ماذا أفعل عندما أغضب؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات مصورة لمواقف تثير الغضب.

الطريقة:

1. تحدثي مع الطفل عن المواقف التي قد تجعله غاضبًا، مثل أخذ لعبته أو عدم قدرته على تنفيذ شيء.
2. اشرحي له أن الغضب شعور طبيعي، لكن لا يجوز إيذاء الآخرين أو تكسير الأشياء.
3. علميه بعض التصرفات المناسبة، مثل الابتعاد قليلًا عن الموقف، أو طلب المساعدة، أو التعبير بالكلمات.
4. مثّلي معه موقفًا بسيطًا، ودعيه يجرب الرد المناسب.
5. امدحيه عندما ينجح في التعبير عن غضبه دون إيذاء.

الأمان: لا تستخدمي الضرب أو التخويف لتعليم الطفل التحكم في الغضب، ولا تتركيه في موقف يشعر فيه بالخطر.

الفائدة:

تنمية التحكم في الانفعالات.

تعلم التعبير عن الغضب بطريقة مناسبة.

تقليل السلوك العدواني.

6. ماذا أفعل عندما أخاف؟ (3–6 سنوات)

المطلوب:

صور لمواقف يومية بسيطة.

الطريقة:

1. تحدثي مع الطفل عن الأشياء التي قد تسبب له الخوف.
2. استمعي إليه باهتمام، ولا تسخري من مخاوفه.
3. اسأليه عما يمكن أن يساعده على الشعور بالأمان.
4. علميه أن يطلب المساعدة من أمه أو شخص بالغ موثوق.
5. ناقشي معه مواقف بسيطة، مثل الخوف من صوت مفاجئ أو من الابتعاد عن الأم في مكان عام.

الأمان: لا تعرضي الطفل عمدًا لمواقف مخيفة بهدف تعويده عليها، ولا تجبريه على مواجهة ما يخشاه دون استعداد.

الفائدة:

تنمية القدرة على التعبير عن الخوف.

تعزيز الشعور بالأمان.

تعلم طلب المساعدة عند الحاجة.

7. اختر التعبير المناسب (4–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات لمواقف اجتماعية مصورة.

بطاقات لعبارات مناسبة، مثل: من فضلك، شكرًا، أنا آسف، هل تساعدني؟

الطريقة:

1. اعرضي صورة لطفل يحصل على هدية.
2. اسألي طفلك: ماذا يمكن أن يقول؟
3. اعرضي صورة لطفل يريد استعارة لعبة.
4. اطلبي منه اختيار العبارة المناسبة.
5. كرري النشاط بمواقف مختلفة، وشجعيه على استخدام هذه العبارات في حياته اليومية.

الأمان: اختاري مواقف إيجابية ومناسبة لعمر الطفل، ووضحي له أن الاعتذار يكون عند الخطأ الحقيقي وليس لمجرد إرضاء الآ خرين. ولا تجبري الطفل على الاعتذار أمام الآخرين بطريقة مهينة، بل ساعديه على فهم الخطأ وتصحيحه.

الفائدة:

تنمية التعبير اللفظي والاجتماعي. تعلم آداب التعامل.

تحسين القدرة على التواصل مع الآخرين

8. ننجز معًا (3–6 سنوات)

المطلوب:

لعبة بناء كبيرة أو مجموعة أدوات تركيب مناسبة للعمر.

مساحة مشتركة للعب.

الطريقة:

1. اجلسي مع الطفل واطلبي منه بناء منزل أو برج باستخدام المكعبات.
2. شاركيه في اختيار شكل البناء.
3. وزعي الأدوار بينكما، مثل أن يناولك القطع وتضعيها في مكانها.
4. شجعيه على تبادل الأدوار مع إخوته.
5. ناقشي معه كيف ساعد كل فرد في إتمام العمل.

الأمان: استخدمي مكعبات كبيرة مناسبة للعمر، وتأكدي من ثبات البناء وعدم ارتفاعه بصورة قد تؤدي إلى سقوطه.

الفائدة:

تعلم التعاون والعمل الجماعي.

تنمية التواصل.

تعزيز الشعور بالانتماء والمشاركة.

9. مذيع النشرة العائلية (4–6 سنوات)

المطلوب:

ميكروفون لعبة كبير أو ملعقة بلاستيكية، وكرسي، ومكان مناسب للجلوس أمام أفراد الأسرة.

الطريقة:

1- يجلس الطفل على الكرسي كأنه مذيع، ويحكي خبرًا بسيطًا عن يومه أو عن حدث عائلي سعيد.

2- يمكن للأم أن تسأله أسئلة تشجعه على الحديث، مثل: ماذا فعلت اليوم؟ وما أكثر شيء أعجبك؟ ثم يتبادل أفراد الأسرة دور المذيع معه.

الأمان:

استخدام أدوات لعب آمنة وخفيفة، وتشجيع الطفل دون مقاطعة أو سخرية أو إجباره على التحدث أمام الآخرين.

الفائدة:

تنمية الطلاقة اللغوية، والثقة بالنفس، والقدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر، ومهارة الاستماع والتواصل.

11. ساعد شخصًا تحبه (3–6 سنوات)

المطلوب:

مهام منزلية بسيطة وآمنة.

أدوات مناسبة للطفل.

الطريقة:

1. اختاري مهمة بسيطة يمكن للطفل تنفيذها لمساعدة أحد أفراد الأسرة.
2. اطلبي منه، مثلًا، إحضار كتاب أو ترتيب وسادة أو جمع ألعابه.
3. وضحي له كيف تقدم المساعدة بلطف.
4. شجعيه على المبادرة بمساعدة الآخرين دون انتظار مكافأة في كل مرة.
5. تحدثي معه عن شعوره عندما ساعد شخصًا آخر.

الأمان: اختاري مهامًا لا تتضمن حمل أشياء ثقيلة أو استخدام أدوات حادة أو التعامل مع السوائل الساخنة والمنظفات.

الفائدة:

تنمية روح التعاون.

تعزيز التعاطف والاهتمام بالآخرين.

تنمية الشعور بالمسؤولية.

12. كيف يشعر الآخر؟ (4–6 سنوات)

المطلوب:

صور لمواقف اجتماعية متنوعة.

بطاقات للمشاعر.

الطريقة:

1. اعرضي صورة لطفل فقد لعبته أو تعرض لموقف محزن.
2. اسألي طفلك: كيف تعتقد أنه يشعر؟
3. ناقشي معه سبب هذا الشعور.
4. اسأليه: ماذا يمكن أن نفعل لمساعدته؟
5. كرري النشاط بصور لمواقف مختلفة، مثل طفل سعيد أو طفل يحتاج إلى مساعدة.

الأمان: اختاري مواقف مناسبة لعمر الطفل، ولا تعرضي عليه صورًا قاسية أو مؤلمة.

الفائدة:

تنمية التعاطف.

فهم مشاعر الآخرين.

تعلم الاستجابة للمواقف الاجتماعية بطريقة إيجابية.

13. كلمات تجعل الآخرين سعداء (3–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات ورقية كبيرة.

أقلام تلوين.

صور تعبر عن مواقف اجتماعية.

الطريقة:

1. تحدثي مع الطفل عن الكلمات الطيبة التي يمكن أن نقولها للآخرين.
2. قدمي له أمثلة، مثل: شكرًا لك، أحسنت، هل أساعدك؟
3. اطلبي منه اختيار عبارة مناسبة لكل موقف.
4. شجعيه على استخدام الكلمات الطيبة مع أفراد الأسرة.
5. ناقشي معه الفرق بين الكلام اللطيف والكلام الذي يجرح الآخرين.

الأمان: راعي أن يكون التشجيع صادقًا، ولا تجبري الطفل على قول عبارات لا يفهم معناها.

الفائدة:

تعلم حسن التعامل.

تنمية التواصل الإيجابي.

تعزيز احترام الآخرين.

14. لكل شخص دوره (4–6 سنوات)

المطلوب:

صور لأعمال ومهن مختلفة.

بطاقات مصورة لأدوات يستخدمها أصحاب هذه المهن.

الطريقة:

1. اعرضي صورًا لأشخاص يعملون في مهن مختلفة، مثل الطبيب والمعلم والمزارع ورجل الإطفاء.
2. تحدثي مع الطفل عن دور كل شخص في خدمة المجتمع.
3. اسأليه كيف يمكننا احترام كل من يؤدي عملًا نافعًا.
4. ناقشي معه أهمية التعاون وعدم السخرية من أي مهنة شريفة.
5. اطلبي منه اختيار مهنة يحب التعرف إليها أكثر.

الأمان: استخدمي صورًا مناسبة، ووضحي للطفل أن بعض الأعمال تحتاج إلى تدريب وأدوات خاصة ولا يجوز تقليدها دون إشراف الكبار.

الفائدة:

احترام الآخرين وتقدير جهودهم.

فهم أهمية التعاون في المجتمع.

تنمية الوعي الاجتماعي.

15. نتفق على قواعد اللعب (3–6 سنوات)

المطلوب:

لعبة جماعية مناسبة لعمر الطفل.

لوحة ورقية لكتابة القواعد أو رسمها.

الطريقة:

1. اختاري لعبة بسيطة يمكن أن يشارك فيها أكثر من طفل.
2. ناقشي معهم قواعد اللعب قبل البدء.
3. اجعلي القواعد قليلة وواضحة، مثل انتظار الدور وعدم أخذ لعبة الآخر بالقوة.
4. اطلبي من الأطفال الالتزام بالقواعد أثناء اللعب.
5. إذا حدث خلاف، توقفي لمناقشة ما حدث وكيف يمكن إصلاحه.

الأمان: اختاري ألعابًا مناسبة لأعمار المشاركين، وتدخلي عند حدوث شجار أو سلوك قد يؤدي إلى إصابة.

الفائدة:

تعلم احترام القواعد.

تنمية ضبط النفس.

تعزيز التعاون واحترام حقوق الآخرين

16. أنتظر دوري (3–6 سنوات)

المطلوب:

لعبة بسيطة يمكن أن يشارك فيها أكثر من شخص.

أداة كبيرة وآمنة تستخدم لتحديد صاحب الدور، مثل بطاقة ملونة.

الطريقة:

1. اجلسي مع الطفل والإخوة للمشاركة في لعبة مناسبة.
2. حددي ترتيب الأدوار بوضوح.
3. اشرحي للطفل أنه سيحصل على دوره بعد انتهاء دور الشخص الآخر.
4. شجعيه على الانتظار دون مقاطعة أو أخذ الأدوات.
5. امدحيه عندما يحترم ترتيب الأدوار.

الأمان: اختاري لعبة خالية من القطع الصغيرة أو الأدوات الحادة، وراعي ألا يتحول الانتظار إلى مصدر ضغط أو توتر للطفل.

الفائدة:

تعلم الصبر.

تنمية ضبط النفس.

احترام حقوق الآخرين.

17. نصلح ما أفسدناه (4–6 سنوات)

المطلوب:

أدوات بسيطة وآمنة لإصلاح أو ترتيب الأشياء، مثل قطع البناء الكبيرة وعلب الألعاب.

أدوات تنظيف بسيطة مناسبة للطفل، مثل قطعة قماش جافة.

الطريقة:

1. إذا بعثر الطفل ألعابه أو أسقط شيئًا غير قابل للكسر، تحدثي معه بهدوء عما حدث.
2. اشرحي له أن من المسؤولية محاولة إصلاح الخطأ أو ترتيب ما أفسده.
3. اطلبي منه إعادة الألعاب إلى مكانها أو جمع الأشياء المتناثرة.
4. إذا كان هناك شيء يحتاج إلى إصلاح، تولي أنتِ الإصلاح واسمحي له بالمساعدة في خطوة آمنة.
5. امدحي تحمله للمسؤولية دون توبيخ أو إحراج.

الأمان: لا تسمحي للطفل بالتعامل مع الزجاج المكسور أو الأدوات الحادة أو الكهرباء أو المنظفات، وتتولى الأم معالجة أي تلف خطر.

الفائدة:

تعلم تحمل المسؤولية ، فهم نتائج التصرفات.

تنمية القدرة على تصحيح الأخطاء.

18. كيف أبدأ الحديث؟ (4–6 سنوات)

المطلوب:

بطاقات مصورة لمواقف اجتماعية.

صور لأشخاص في مواقف يومية.

الطريقة:

1. اعرضي صورة لطفل يلتقي بأحد أقاربه.
2. اسألي طفلك: ماذا يمكن أن يقول عند اللقاء؟
3. علميه عبارات بسيطة، مثل السلام عليكم، كيف حالك؟ أو هل يمكنني اللعب معك؟
4. مثّلي معه الموقف وتبادلا الأدوار.
5. شجعيه على استخدام هذه العبارات عند مقابلة الآخرين.

الأمان: وضحي للطفل أنه لا يلزمه التحدث مع الغرباء أو الذهاب معهم، وأن عليه الرجوع إلى أمه أو الشخص المسؤول عنه عند الشعور بعدم الأمان.

الفائدة:

تنمية مهارات بدء الحوار.

تعزيز الثقة في المواقف الاجتماعية.

تعلم آداب التواصل.

19. أستمع عندما يتحدث الآخر (3–6 سنوات)

المطلوب:

صور أو قصص قصيرة.

مكان هادئ للجلوس.

الطريقة:

1. احكي للطفل قصة قصيرة.
2. اطلبي منه الاستماع حتى تنتهي.
3. اسأليه عن الفكرة التي فهمها.
4. بعد ذلك اجعليه يحكي لك شيئًا، واستمعي إليه دون مقاطعة.
5. علميه أن الاستماع للآخرين من حسن التعامل.

الأمان: اختاري قصصًا مناسبة لعمر الطفل، ولا تجعلي النشاط اختبارًا يسبب له التوتر.

الفائدة:

تنمية مهارة الاستماع.

تحسين التركيز والتواصل.

تعلم احترام المتحدث.

20. أطلب ما أحتاج إليه بأدب (3–6 سنوات)

المطلوب:

ألعاب وأدوات يومية آمنة.

بطاقات لعبارات مهذبة.

الطريقة:

1. ضعي لعبة محببة بعيدًا عن متناول الطفل، ولكن في مكان آمن.
2. اطلبي منه أن يخبرك بما يحتاج إليه.
3. علميه استخدام عبارات مثل: من فضلك، هل تساعديننني؟ أو أريد هذه اللعبة.
4. مثّلي معه مواقف أخرى، مثل طلب الماء أو استعارة كتاب.
5. شجعيه على استخدام الكلمات المهذبة في المواقف اليومية.

الأمان: لا تضعي الأشياء التي يحتاج إليها الطفل في أماكن مرتفعة أو خطرة، ولا تحرميه من احتياجاته الأساسية بغرض تعليمه الطلب.

الفائدة:

تنمية مهارات التعبير.

تعلم آداب الطلب.

تعزيز التواصل الإيجابي

.

21. حل الخلاف بالكلام (4–6 سنوات)

المطلوب:

دمى أو ألعاب قماشية كبيرة.

بطاقات لمواقف خلاف بسيطة.

الطريقة:

1. استخدمي دميتين لتمثيل خلاف حول لعبة واحدة.
2. اعرضي على الطفل المشكلة واسأليه عن طريقة حلها.
3. علميه أن يشرح ما يريده بالكلام بدلًا من الضرب أو الصراخ.
4. اقترحي حلولًا مناسبة، مثل تبادل الأدوار أو اختيار لعبة أخرى.
5. اطلبي منه تمثيل الحل باستخدام الدمى.

الأمان: لا تسمحي بتحول التمثيل إلى شجار حقيقي، وتدخلي فورًا عند محاولة إيذاء الآخرين.

الفائدة:

تنمية مهارات حل الخلافات.

تعلم الحوار والتفاوض البسيط.

تقليل السلوك العدواني.

22. الصدق في المواقف اليومية (3–6 سنوات)

المطلوب:

قصص قصيرة مناسبة للأطفال.

دمى أو صور لمواقف يومية.

الطريقة:

1. احكي للطفل قصة بسيطة عن طفل أخطأ ثم أخبر بالحقيقة.
2. ناقشي معه لماذا كان الصدق تصرفًا صحيحًا.
3. مثّلي موقفًا بسيطًا، مثل سقوط لعبة أو انسكاب الماء.
4. اسأليه ماذا ينبغي أن يفعل إذا أخطأ.
5. امدحي صدقه عندما يخبرك بالحقيقة، حتى لو كان قد أخطأ.

الأمان: لا تستخدمي التهديد أو العقاب القاسي عند اعتراف الطفل بالخطأ؛ حتى لا يخاف من قول الحقيقة.

الفائدة:

غرس قيمة الصدق.

تعزيز الثقة بين الطفل وأسرته.

تنمية تحمل المسؤولية

.

23. المشاركة والعطاء (3–6 سنوات)

المطلوب:

ألعاب وكتب نظيفة.

صندوق أو سلة كبيرة.

الطريقة:

1. تحدثي مع الطفل عن معنى المشاركة ومساعدة الآخرين.
2. اطلبي منه اختيار بعض الألعاب أو الكتب المناسبة التي يرغب في التبرع بها.
3. ناقشي معه أن التبرع يكون للأشياء الصالحة للاستخدام.
4. شاركيه في ترتيبها داخل الصندوق.
5. وضحي له أن العطاء يكون برغبة ورضا، وليس بأخذ شيء يحبه منه بالقوة.

الأمان: لا تجبري الطفل على التنازل عن ألعابه الخاصة، وتأكدي من نظافة الأشياء وسلامتها قبل التبرع بها.

الفائدة:

تنمية الكرم والعطاء.

تعزيز التعاطف مع المحتاجين.

تعلم المشاركة والتفكير في الآخرين.

إرشادات عامة للأم لتنمية شخصية الطفل

- كوني قدوة لطفلك في التعامل مع الآخرين؛ فهو يتعلم من تصرفاتك أكثر مما يتعلم من التعليمات.
- استمعي إلى طفلك باهتمام، ولا تقللي من مشاعره أو تسخري منها.
- شجعيه على التعبير عن رأيه، مع تعليمه احترام آراء الآخرين.
- لا تقارنيه بإخوته أو أصدقائه، فلكل طفل شخصيته وقدراته.
- امدحي السلوك الإيجابي بوضوح، مثل التعاون والصدق و المحاولة وتحمل المسؤولية.
- لا تستخدمي الإهانة أو الضرب أو التخويف لتعديل السلوك.
- علميه أن من حقه رفض ما يزعجه، وأن يحافظ على خصوصيته، وأن يطلب المساعدة من شخص بالغ موثوق عند التعرض لموقف غير مريح.
- لا تتوقعي أن يكتسب الطفل جميع المهارات الاجتماعية دفعة واحدة؛ فالتعلم يحتاج إلى التكرار والتوجيه والصبر

تذكري :

إن بناء شخصية الطفل لا يعتمد على كثرة الأوامر والنصائح، بل على المواقف اليومية التي يعيشها، والقدوة الحسنة التي يراها، والفرص التي تمنحينه إياها ليتعلم ويجرب ويتحمل المسؤولية.

الباب الثامن
أنشطة اللعب والخيال والابتكار

يمثل اللعب التخيلي مساحة مهمة لنمو الطفل؛ فمن خلاله يستطيع ابتكار عوالم وشخصيات ومواقف من خياله، وتجربة أفكار جديدة والتعبير عن نفسه بطرق متنوعة.

ولا يحتاج هذا النوع من اللعب إلى ألعاب باهظة الثمن، فكثير من الأدوات المنزلية البسيطة يمكن تحويلها إلى وسائل ممتعة للابتكار والاكتشاف.

لا تفرضي عليه شكلا محددًا للعمل الفني؛ فالفكرة الأساسية هي أن يبتكر بنفسه.

لا تتخلصي من أعماله بطريقة تشعره بأن جهده غير مهم.

شجعيه على شرح أفكاره بدلا من الاكتفاء بالنظر إلى النتيجة.

تذكري

الطفل المبدع ليس هو الذي يصنع أشياء جميلة فقط، بل هو الذي يتعلم أن يتخيل ويجرب ويبتكر ويجد أفكارًا جديدة باستخدام ما يتوفر حوله

1. منزل صغير في ركن الغرفة (3–6 سنوات)

المطلوب:

ملاءة أو غطاء خفيف ، وسائد صغيرة.

ألعاب قماشية ، صناديق كرتونية كبيرة.

الطريقة:

1. اختاري ركنًا مناسبًا في الغرفة.
2. ساعدي الطفل على تكوين منزل صغير باستخدام الغطاء و الوسائد.
3. اتركيه يختار ترتيب المكان ويحدد استخدام كل جزء.
4. يمكنه تخيل أن المنزل يضم غرفة نوم أو مطبخًا أو مكتبة.
5. شجعيه على استخدام الألعاب القماشية داخل المنزل وتأليف مواقف من خياله.

الأمان: ثبتي الغطاء بطريقة لا تسمح بسقوطه على الطفل، ولا تستخدمي الأثاث المرتفع أو الأشياء الثقيلة في البناء، ولا تسمحي بإغلاق المكان عليه.

الفائدة:

تنمية الخيال والابتكار ، تعزيز الشعور بالاستقلالية.

تنمية القدرة على تنظيم البيئة المحيطة.

2. الطبيب الصغير (3–6 سنوات)

المطلوب:

دمية أو لعبة قماشية.

أدوات طبيب لعبة كبيرة وآمنة.

حقيبة صغيرة.

الطريقة:

1. اطلبي من الطفل تخيل أنه طبيب يعالج دميته.
2. اجعليه يسأل الدمية عما يؤلمها.
3. شجعيه على استخدام أدوات اللعبة بطريقة تمثيلية.
4. بدلي الأدوار، واجعليه مرة طبيبًا ومرة مريضًا.
5. تحدثي معه عن أهمية النظافة والعناية بالصحة وزيارة الطبيب عند المرض.

الأمان: استخدمي أدوات لعب مخصصة للأطفال، ولا تسمحي باستخدام الحقن الحقيقية أو الأدوية أو الأدوات الطبية الفعلية.

الفائدة:

تنمية الخيال ، تقليل الخوف من زيارة الطبيب.

التعرف على بعض الممارسات الصحية.

3. المطبخ الصغير (3–6 سنوات)

المطلوب:

أدوات مطبخ لعبة كبيرة.

أطباق وأكواب بلاستيكية.

أطعمة لعبة كبيرة.

الطريقة:

1. خصصي للطفل مكانًا بسيطًا لتمثيل المطبخ.
2. اطلبي منه إعداد وجبة خيالية.
3. شجعيه على اختيار الأطعمة وترتيبها في الأطباق.
4. اطلبي منه وصف الوجبة ومكوناتها.
5. يمكنه إعداد وجبة لأفراد الأسرة باستخدام أدوات اللعب.

الأمان: استخدمي أدوات بلاستيكية كبيرة وآمنة، ولا تسمحي للطفل باستخدام الموقد أو السكاكين أو الأواني الساخنة.

الفائدة:

تنمية الخيال واللعب التمثيلي.

التعرف على بعض الأطعمة وأدوات المطبخ.

تنمية مهارات التعبير.

4. متجر الألعاب (3–6 سنوات)

المطلوب:

ألعاب كبيرة متنوعة.

سلال بلاستيكية.

بطاقات مصورة للأشياء.

طاولة صغيرة.

الطريقة:

1. رتبي الألعاب على الطاولة كما لو كانت معروضة في متجر.
2. اجعلي الطفل صاحب المتجر، وأنت المشترية.
3. اطلبي منه عرض الألعاب وشرح خصائصها.
4. بدلي الأدوار حتى يصبح الطفل هو المشتري.
5. شجعيه على ابتكار اسم للمتجر وطريقة لترتيب البضائع.

الأمان: تجنبي العملات المعدنية والقطع الصغيرة، واستخدمي بطاقات كبيرة بدلًا منها.

الفائدة:

تنمية الخيال.

تحسين مهارات الحوار.

التعرف على المواقف الحياتية.

5 . اصنع دميتك الخاصة (4–6 سنوات)

المطلوب:

جوارب نظيفة كبيرة.

قطع قماش.

خيوط صوف سميكة.

ألوان مخصصة للرسم على القماش.

الطريقة:

1. اختاري جوربًا نظيفًا مناسبًا لصنع دمية يدوية.
2. ساعدي الطفل على تحديد شكل الدمية.
3. يمكن رسم العينين والفم بألوان آمنة مخصصة للقماش.
4. استخدمي قطع القماش لإضافة الملابس أو الزينة.
5. اطلبي من الطفل اختيار اسم للدمية وابتكار شخصية لها.

الأمان: تتولى الأم تثبيت جميع الزخارف والخيوط جيدًا، وتجنب الأزرار والخرز والعيون البلاستيكية الصغيرة التي قد تنفصل و يمكن ابتلاعها .

الفائدة:

تنمية الإبداع ، تحسين المهارات اليدوية.

تعزيز الخيال والتعبير عن النفس.

6. اصنع لوحة من الطبيعة (3–6 سنوات)

المطلوب:أوراق شجر كبيرة ونظيفة ، أزهار جافة غير سامة.

ورق مقوى ، غراء مخصص للأطفال.

الطريقة:

1. اجمعي مع الطفل بعض الأوراق والأزهار الجافة من مكان نظيف.
2. اطلبي منه ترتيبها على الورق المقوى.
3. شجعيه على تكوين منظر طبيعي أو شكل من خياله.
4. ساعديه على تثبيت العناصر بالغراء.
5. اتركيه يختار اسمًا للوحة ويحكي عنها.

الأمان: تأكدي من أن النباتات غير سامة ولا تسبب حساسية، وتجنبي الأشواك والفطريات والأجزاء المتعفنة، واغسلي اليدين بعد النشاط.

الفائدة:تنمية الإبداع ، التعرف على عناصر الطبيعة.

تحسين المهارات اليدوية والتذوق الفني.



7. اصنع قناعًا ورقيًا (4–6 سنوات)

المطلوب:

ورق مقوى ، ألوان آمنة.

شرائط ورقية ، غراء مخصص للأطفال.

الطريقة:

1. ارسمي شكل قناع بسيط على الورق المقوى.
2. تتولى الأم تجهيز فتحات العينين وقص القناع.
3. اطلبي من الطفل تلوينه وتزيينه.
4. ساعديه على اختيار شكل يعبر عن شخصية خيالية أو حيوان يحبه.
5. يمكنه استخدام القناع في اللعب التمثيلي.

الأمان: يجب أن تكون فتحات العينين واسعة وواضحة، وألا يحجب القناع الرؤية أو التنفس، ولا يستخدم أثناء الحركة أو صعود السلالم.

الفائدة:

تنمية الإبداع ، تشجيع اللعب التمثيلي.

تحسين المهارات اليدوية.

8. اصنع كتابًا مصورًا (5–6 سنوات)

المطلوب:

أوراق بيضاء ، ورق مقوى للغلاف ، ألوان.

ملصقات كبيرة آمنة ، وسيلة تثبيت تتولاها الأم.

الطريقة:

1. اطوي عدة أوراق لتكوين كتاب صغير.
2. اطلبي من الطفل اختيار موضوع للكتاب، مثل رحلة أو حديقة أو يوم في المنزل.
3. اجعليه يرسم صورة مختلفة في كل صفحة.
4. اكتبي له الكلمات التي يمليها عليك بجوار الرسومات.
5. ساعديه على اختيار عنوان للكتاب وتصميم غلافه.

الأمان: تتولى الأم تثبيت الأوراق وإزالة أي دبابيس أو أجزاء حادة، مع استخدام ملصقات كبيرة غير قابلة للبلع.

الفائدة:

تنمية الخيال والتعبير ، تشجيع حب القراءة والكتابة.

تعزيز الشعور بالإنجاز.



9. ابتكر حديقة صغيرة (3–6 سنوات)

المطلوب:

أصص بلاستيكية صغيرة ثابتة.

تربة زراعية نظيفة.

بذور كبيرة مناسبة للزراعة تحت إشراف الأم.

بخاخ ماء آمن.

الطريقة:

1. اختاري نباتا سهل الزراعة ومناسبًا للمنزل.
2. اشرحي للطفل كيفية وضع التربة في الأصيص.
3. ساعديه على وضع البذور وتغطيتها بطبقة مناسبة من التربة.
4. اطلبي منه المساعدة في ري النبات بكمية مناسبة من الماء.
5. شجعيه على ملاحظة نمو النبات والعناية به.

الأمان: اختاري نباتات غير سامة، وتجنبي البذور الصغيرة التي قد يبتلعها الطفل، واغسلي يديه بعد التعامل مع التربة، ولا تسمحي له بتذوقها أو تناول أجزاء النبات.

الفائدة:

تنمية حب الطبيعة.

تعلم العناية بالكائنات الحية.

تعزيز المسؤولية والصبر.

10-طريق السيارات اللاصق (3–6 سنوات)

المطلوب: شريط لاصق ملون، وسيارات لعب مناسبة لعمر الطفل، وعلامات مرسومة على ورق.

الطريقة:

1- تثبت الأم الشريط على الأرض في صورة طريق مستقيم أو متعرج، وتضيف علامات بسيطة مثل موقف السيارات أو إشارة التوقف.

2- يحرك الطفل سيارته على الطريق، ويتخيل أنه يقود في شارع أو يزور أماكن مختلفة.

الأمان: تثبيت الشريط على أرضية مناسبة بحيث يكون مسطحًا ولا يسبب التعثر، وإبعاد السيارات عن الأماكن المرتفعة أو الممرات المزدحمة.

الفائدة: تنمية التآزر البصري الحركي، والتعرف على الاتجاهات، وتشجيع اللعب التخيلي.



11. خريطة الكنز (4–6 سنوات)

المطلوب:

ورقة مرسوم عليها مخطط مبسط للغرفة أو المنزل، وعلامات وأسهم واضحة، وهدية صغيرة أو لعبة كبيرة آمنة.

الطريقة:

1- ترسم الأم خريطة مبسطة لمكان اللعب، وتضع عليها أسهمًا وعلامات تقود إلى الكنز.

2- تساعد الطفل على فهم الرموز وتتبع المسار حتى يصل إلى المكان المحدد.

3- يمكن زيادة التحدي بإضافة أكثر من علامة أو نقطة للبحث.

الأمان:

إخفاء الكنز في مكان منخفض وآمن، بعيدًا عن الكهرباء والأدوات الحادة والأماكن المرتفعة، وعدم مطالبة الطفل بتسلق الأثاث أو فتح الخزائن الخطرة.

الفائدة:

تنمية التفكير المكاني، وفهم الاتجاهات والرموز، وحل المشكلات والثقة بالنفس.

12. مكتب البريد العائلي (4–6 سنوات)

المطلوب: أظرف ورقية، وأوراق، وصندوق كرتوني صغير للبريد، وأقلام تلوين.

الطريقة:

1- تنشئ الأم مع الطفل مكتب بريد بسيطًا، وتختار أسماء المرسلين والمستلمين.

2- يرسم الطفل رسالة أو يكتب حروفا وكلمات يعرفها، ثم يضعها في ظرف ويلقيها في صندوق البريد.

3- بعد ذلك يوزع الرسائل على أفراد الأسرة، ويمكنهم الرد برسومات أو كلمات بسيطة.

الأمان:

استخدام أظرف وأوراق مناسبة، وتجنب الدبابيس والأدوات الحادة. تتولى الأم أي قص أو تجهيز يحتاج إلى مقص.

الفائدة:

تنمية التعبير اللغوي، والتهيئة للكتابة، والتواصل الاجتماعي، وفهم تبادل الرسائل.

13. لوحة الألوان المتداخلة (3–6 سنوات)

المطلوب:

ألوان مائية آمنة للأطفال.

أوراق بيضاء.

فرش عريضة مناسبة لعمر الطفل.

الطريقة:

1. اختاري لونين مختلفين.
2. اطلبي من الطفل وضع كل لون في جزء من الورقة.
3. ساعديه على مزج اللونين في منطقة صغيرة.
4. ناقشي معه اللون الجديد الذي ظهر.
5. شجعيه على تجربة مزج ألوان أخرى.

الأمان: استخدمي ألوانًا غير سامة، وراقبي الطفل حتى لا يضع الفرشاة في فمه أو يلامس عينيه، واغسلي يديه بعد الانتهاء.

الفائدة:

تنمية الحس الفني.

التعرف على الألوان وطرق مزجها.

تعزيز الفضول والاستكشاف.

14 .اصنع لوحة من بصمات اليد (3–6 سنوات)

المطلوب:

ألوان آمنة مخصصة للأطفال.

أوراق كبيرة.

فرشاة أو إسفنجة.

الطريقة:

1. ضعي كمية قليلة من اللون على طبق مسطح.
2. ساعدي الطفل على وضع اللون على كفه باستخدام الإسفنج.
3. اطلبي منه طباعة كفه على الورقة.
4. يمكن تحويل البصمة إلى شكل فني بإضافة بعض الخطوط والألوان.
5. اتركي الطفل يختار الفكرة التي يريد تنفيذها.

الأمان: تأكدي من أن الألوان غير سامة ومناسبة للبشرة، وتجنبي استخدام مواد مجهولة أو مهيجة، واغسلي اليدين بعد النشاط.

الفائدة:

تنمية الإبداع والتعبير الفني.

التعرف على أشكال اليد والبصمة.

تحسين التحكم في حركة اليد.

15 .تحدي بناء برج (3–6 سنوات)

المطلوب:

مكعبات تركيب أو أكواب ورقية أو قطع كرتونية.

الطريقة:

1. يطلب من الطفل بناء أطول برج يستطيع إنشاءه باستخدام عدد محدد من القطع، مع محاولة جعله ثابتًا دون أن يسقط.
2. يمكن تغيير شروط التحدي في كل مرة.

الأمان:

تجنب استخدام قطع ثقيلة أو قابلة للكسر، وعدم التسلق على البرج.

الفائدة:

تنمية التفكير الهندسي والتخطيط وحل المشكلات والإبداع.

الباب التاسع

كيف يساعد الطفل الأم فى المنزل

- يحب الطفل تقليد الكبار والمشاركة في أعمالهم اليومية. ويمكن استثمار ذلك في تعليمه مهارات منزلية حقيقية تناسب عمره وقدراته، وتنمية استقلاليته وتعاونه وشعوره بأنه فرد مشارك في أسرته.
- اختاري المهام المناسبة لعمر الطفل وقدراته.
- اجعلي المشاركة ممتعة، وقدمي المساعدة عند الحاجة.
- أشرفي عليه دائمًا، خاصة عند التعامل مع الطعام والماء والأدوات ،و أبعدي عنه السكاكين والمنظفات والأدوية والأجهزة الكهربائية والأشياء الصغيرة.

رسالة من أم ...

هذه الأفكار من واقع تجربتي كأم ولكن تتم تحت إشرافي الكامل ويمكن للطفل أيضا فى سن 5و 6سنوات مساعدتك فى أشياء أخرى كثيرة لم أذكرها ولكن انتبهي أن عمل الطفل لهذه الأعمال لابد أن يكون بحب وهدوء وبدون ضغط أو إجبار ، وامدحي عمله حتى لو صغير او ليس متقن لأن هذا يشجع الطفل أكثر على الاستمرار فى المساعدة، وتوقعي أن يفشل فى العمل أول مرة أو يفسده ، فعليكي بالصبر وإعادة المحاولة حتى يتعلم جيدا

.

1. إخراج حبات البسلة من القرون (4–6 سنوات)

توضح الأم كيفية فتح قرون البسلة وإخراج الحبات، ثم يجمع الطفل الحبات في وعاء والقرون الفارغة في وعاء آخر.

الأمان: الإشراف المباشر، ومنع الطفل من وضع الحبات في فمه.

2. فصل أوراق الملوخية عن السيقان (4–6 سنوات)

يفصل الطفل الأوراق عن السيقان ويضع كلًا منهما في طبق منفصل.

الأمان: استخدام أوراق مغسولة، مع الإشراف المباشر ومنع وضعها في الفم.

3. فصل حبات الرمان عن القشرة (4–6 سنوات)

تقسم الأم الرمانة مسبقًا، ثم يساعد الطفل في فصل الحبات عن القشرة والغشاء الأبيض.

الأمان: تتولى الأم فتح الرمان، وتراعي خطر الاختناق عند تناول الحبات.

4. تقشير فصوص الثوم (4–6 سنوات)

تزيل الأم جزءًا من قشرة الثوم، ويكمل الطفل نزع القشرة المتبقية ويجمع الفصوص في طبق.

الأمان: الإشراف المباشر، وغسل اليدين وتجنب لمس العينين.

5. فصل أوراق البقدونس والشبت (4–6 سنوات)

يفصل الطفل الأوراق عن السيقان ويفتتها بأصابعه.

الأمان: استخدام أوراق مغسولة، وعدم استخدام السكين.

6. تشكيل المعجنات (4–6 سنوات)

يساعد الطفل في تشكيل العجين إلى كرات أو أصابع أو أشكال بسيطة، ثم يضعها في الصينية المخصصة للخبز.

الأمان: استخدام عجين نظيف ومناسب للطعام، وغسل اليدين قبل العمل وبعده. تتولى الأم التعامل مع الفرن والصواني الساخنة..

7. ترتيب أرغفة الخبز في الكيس (3–6 سنوات)

يضع الطفل أرغفة الخبز برفق داخل الكيس ويرتبها دون ضغط.

الأمان: التأكد من نظافة اليدين واستخدام كيس مخصص للطعام.

8. غسل الخضراوات والفاكهة (3–6 سنوات)

تساعد الأم الطفل في شطف القطع الكبيرة بعد غسلها جيدًا، ثم يضعها في المصفاة.

الأمان: الإشراف المباشر على الماء، وإبعاد الطفل عن الماء الساخن وتجفيف الأرضية عند انسكابه.

9. تقشير البيض أو البطاطس المسلوقة (4–6 سنوات)

بعد أن تبرد تمامًا، ينزع الطفل قشرة البيض أو البطاطس بأصابعه ويضع الطعام في طبق.

الأمان: التأكد من برودة الطعام، وتتولى الأم أي خطوة تحتاج إلى سكين.

10. ترتيب الفاكهة في طبق التقديم أو تقطيعها (3–6 سنوات)

يرتب الطفل قطع الفاكهة التي جهزتها الأم في طبق، ويمكنه ترتيبها حسب اللون أو النوع.

. يقطع الطفل الفاكهة مثل الموز إلى حلقات بسكينة بلاستيك.

الأمان: يتم بإشراف الأم ، وتختار قطعًا مناسبة لعمر الطفل لتجنب الاختناق، وسكينة بلاستيك ولوح ثابت.

11. عصر الليمون بالعصارة اليدوية أو بيده (5–6 سنوات)

تضع الأم نصف الليمونة في العصارة، ثم يساعد الطفل في الضغط عليها حتى يخرج العصير.

الأمان: تتولى الأم التقطيع وإزالة البذور، ويغسل الطفل يديه ويتجنب لمس عينيه.

12. تعبئة زجاجات الماء وقارورة مياه المبرد (4–6 سنوات)

يصب الطفل الماء من إبريق صغير في الزجاجات، ثم يساعد في إغلاق أغطيتها.

• يمكن شراء قمع ووضعه على فوهة القارورة ويساعد الطفل فى تعبئتها بدورق.

الأمان: استخدام إبريق خفيف، وتجفيف الأرضية عند الانسكاب.

13. إعداد شطيرة بسيطة (4–6 سنوات)

يضع الطفل الحشوة الجاهزة فوق الخبز، ثم يغلق الشطيرة ويرتبها في الطبق.

الأمان: تتولى الأم تقطيع المكونات، وتراعي نظافة الطعام وملا ءمته للطفل.

14. نشر الغسيل على منشر داخلي منخفض وإعادة جمعه

تجهز الأم الغسيل بعد عصره، ثم يناول الطفل القطع الصغيرة وينشرها على المنشر، ويضع المشابك بمساعدتها.

. يفك الطفل المشابك بعد جفاف الغسيل، ويجمعه في سلة.

الأمان: يتم تحت إشراف ، وتثبيت المنشر جيدًا، واستخدام مشابك كبيرة سليمة، وعدم السماح للطفل بالتسلق.

15. تنظيف المرايا (3–6 سنوات)

تساعد الأم الطفل في مسح مرآة صغيرة ثابتة بقطعة قماش ناعمة مبللة بالماء، ثم تجفيفها بقطعة أخرى.

الأمان: إشراف مباشر، وعدم استخدام المنظفات أو بخاخات التنظيف، وعدم السماح للطفل بتنظيف المرايا الكبيرة أو غير الثابتة

16. فرز الجوارب والملابس النظيفة (3–6 سنوات)

يجمع الطفل الجوارب المتشابهة، ويفرز الملابس حسب النوع أو اللون، ثم يضعها في مجموعات.

الأمان: التأكد من خلو الملابس من الدبابيس والقطع الصغيرة.

17. طي أغطية الوسائد والفوط الصغيرة (4–6 سنوات)

يفرد الطفل القطعة على سطح مستوٍ، ويطبق أطرافها على بعضها، ثم يضعها في مجموعة مرتبة.

الأمان: اختيار قطع خفيفة ونظيفة.

18. المساعدة في ترتيب الأسرّة (4–6سنوات)

يمكن أن يساعد الطفل في ترتيب الأسرّة، يسحب الغطاء الخفيف ويسويه، ويرتب الوسائد، ويضع كل وسادة في مكانها، ويمكنه المشاركة في ترتيب سرير إخوته أو سرير الوالدين بمساعدة الأم.

الأمان:استخدام أغطية خفيفة ، وعدم حمل المراتب أو الأغطية الثقيلة، أو تسلق الأسرّة المرتفعة ، ومع إشراف الأم.

19. الكنس بالجاروف الصغير (4–6 سنوات)

يجمع الطفل الفتات بالمكنسة اليدوية ويدفعه إلى الجاروف، ثم يفرغه في سلة المهملات.

الأمان: تجنب الزجاج المكسور والأوساخ المجهولة، واستخدام أدوات مناسبة لحجمه.

20. تنظيف الطاولة والأسطح المنخفضة فى الأثاث (3–6 سنوات)

يمسح الطفل سطح الطاولة بقطعة قماش مبللة قليلًا، ثم يجففه بقطعة أخرى عند الحاجة.

الأمان: استخدام الماء فقط دون منظفات، والابتعاد عن الأجهزة ومفاتيح الكهرباء.

21. تنظيم درج أدوات المطبخ الآمنة والبلاستيكية(4–6 سنوات)

يصنف الطفل الملاعق والأكواب والأدوات البلاستيكية الكبيرة، ويضع كل مجموعة في مكانها.

الأمان: تتأكد الأم من خلو الدرج من السكاكين والزجاج والأدوات الحادة. وخلو الادوات من الأجزاء الصغيرة

22.ترتيب الوسائد وأغطية الأرائك (3–6 سنوات)

يساعد الطفل فى إعادة الوسائد إلى أماكنها، ويسوّي الأغطية الخفيفة على الأريكة

الأمان: تجنب الوقوف على الأثاث أو سحب الأغطية الثقيلة

23. تنظيم وإعادة الألعاب بعد الانتهاء من اللعب إلى أماكنها

يجمع الطفل الألعاب البلاستيكية ويضعها في السلة المخصصة أو الحقيبة الخاصة بها

الأمان: التأكد من سلامة الألعاب.

24. العناية بالنباتات وسقيها (3–6 سنوات)

يساعد الطفل في رش التربة بالبخاخ أو سقيها بإبريق صغير، حسب احتياج النبات.

الأمان: اختيار نبات معروف غير سام، واستخدام كمية قليلة من الماء، ومنع الطفل من تذوق التربة.

25. تجهيز مائدة الطعام وركن الضيافة (3–6 سنوات)

يضع الطفل الأطباق والأكواب على الطاولة ، ويساعد في جمعها بعد الانتهاء.

الأمان: استخدام أدوات خفيفة غير قابلة للكسر، وتجنب الأدوات الحادة، وتتولى الأم المشروبات والأطباق الساخنة وحمل الصواني الثقيلة.

26. .تقطيع التمر وإخراج النوى (4–6 سنوات)

يفتح التمرة ويخرج النواة .

الأمان: تمر طري، يد مغسولة، النواة في طبق بعيد.

27. ترتيب الملابس فى الدولاب (3–6 سنوات)

يحاول الطفل ترتيب الملابس ووضعها على الأرفف المنخفضة فى دولاب الملابس.

الأمان: تجنب الوصول إلى الأرفف المرتفعة ،وبإشراف الأم.

28. تجهيز حقيبة الخروج أو الحضانة (4–6 سنوات)

يضع الطفل زجاجة الماء وعلبة الطعام والمناديل والكتاب الصغير في الحقيبة، ثم تراجع الأم محتوياتها معه.

الأمان: لا توضع أدوية أو أدوات حادة في عهدة الطفل.

29. ترتيب الأحذية والعناية بها (3–6 سنوات)

يضع الطفل الأحذية بجوار بعضها في المكان المخصص، ويمسحها بقطعة قماش جافة عند الحاجة.

الأمان: اختيار مكان منخفض وثابت، وعدم استخدام الملمعات أو المنظفات.

30.ترتيب الكتب والمجلات العائلية(3–6 سنوات)

يساعد الطفل في إعادة الكتب والمجلات إلى الرفوف المنخفضة ، وترتيبها حسب الحجم أو النوع.

الأمان: لا يستخدم كراسي للوصول إلى الرفوف المرتفعة.

الباب العاشر

تنظيم يوم الطفل

- يحتاج الطفل في مرحلة 3–6 سنوات إلى يوم متوازن يجمع بين اللعب الحر، والحركة، والتعلم، والتواصل مع الأسرة، والراحة والنوم.
- ولا يعني تنظيم يوم الطفل ملء كل لحظاته بالأنشطة، بل توفير فرص متنوعة تساعده على النمو والاستمتاع بوقته، مع ترك مساحة للعب التلقائي والراحة.

كيف تنظمين يوم طفلك؟

1 .ابدئي بروتين صباحي ثابت

يساعد الروتين الصباحي الطفل على بدء يومه بهدوء والشعور بالاستقرار.

يمكن أن يتضمن:

- الاستيقاظ وترتيب الفراش بمساعدة الأم.
- غسل الوجه وتنظيف الأسنان و ارتداء الملابس.
- تناول وجبة الإفطار.
- المشاركة في ترتيب مكان تناول الطعام.
- اختيار نشاط يحبه لبدء يومه.

2. خصصي وقتًا للعب الحر

اللعب الحر من أهم احتياجات الطفل؛ لأنه يمنحه فرصة اختيار ما يريد فعله واستخدام خياله دون توجيه مستمر من الكبار.

يمكنك توفير:

- ألعاب البناء والتركيب.
- الدمى والألعاب التخيّلية.
- أدوات الرسم والتلوين.
- الكتب المصورة.
- الألعاب التي تسمح بالتجربة والاكتشاف.
- لا تتدخلي في كل تفاصيل لعبه، بل اتركيه يجرب ويختار، وتدخلي عندما يحتاج إلى المساعدة أو التوجيه.

3. اجعلي الحركة جزءًا أساسيًا من اليوم

يحتاج الطفل إلى الحركة واللعب النشط لدعم نمو عضلاته وتوازنه وصحته العامة.

من الأفكار المناسبة:

- اللعب بالكرة.
- القفز والحركة في مكان آمن.
- المشي مع الأسرة و اللعب في الحديقة.
- الأنشطة الحركية المنزلية.

4. أدخلي التعلم في الأنشطة اليومية

ليس من الضروري أن يكون التعلم في صورة دروس أو أوراق عمل؛ فالطفل يتعلم من خلال المواقف البسيطة.

أمثلة:

- عد الفاكهة أثناء تجهيز الطعام.
- التعرف على الألوان أثناء ترتيب الألعاب.
- تسمية الأشياء أثناء التنزه.
- الاستماع إلى قصة ومناقشة أحداثها.
- المشاركة في أعمال المنزل المناسبة لعمره.

5. احرصي على التواصل الأسري

يحتاج الطفل إلى الشعور بالاهتمام والقبول، ولذلك احرصي على تخصيص فرص للحديث واللعب والمشاركة مع أفراد الأسرة.

يمكنك:

- الاستماع إلى حديثه دون مقاطعة.
- سؤاله عما أسعده خلال يومه.
- قراءة قصة معه.
- إشراكه في نشاط عائلي.
- تشجيعه على التعبير عن مشاعره واحتياجاته.

6. لا تهملي الراحة والنوم

الراحة والنوم من الاحتياجات الأساسية لنمو الطفل، ولا ينبغي أن تكون الأنشطة على حسابهما.

احرصي على:

- توفير بيئة هادئة ومريحة للنوم.
- الالتزام بروتين مناسب قبل النوم.
- تجنب الأنشطة المثيرة قبل موعد النوم.
- مراعاة احتياج الطفل إلى الراحة خلال اليوم.
- عدم إجباره على الاستمرار في اللعب عندما يشعر بالتعب.

ملخص للنموذج العملي لتنظيم اليوم

- يمكنك الاستفادة من النموذج التالي وتعديله وفق ظروف الأسرة ومواعيد الاستيقاظ والنوم واحتياجات الطفل.
- هذا النموذج مرن، وليس جدولا إلزاميًا؛ فبعض الأيام تحتاج إلى أنشطة أكثر هدوءًا، وأيام أخرى تسمح بالخروج واللعب والحركة.

جدول اليوم للطفل

الفترة	النشاط المقترح
بداية اليوم	الاستيقاظ والنظافة الشخصية وارتداء الملابس
الصباح	الإفطار والمشاركة في ترتيب المائدة
بعد الإفطار	نشاط تعليمي أو إبداعي مناسب للعمر
منتصف الصباح	لعب حر أو نشاط حركي
قبل الظهر	مساعدة الأم في مهمة منزلية بسيطة
وقت الظهيرة	تناول الطعام والراحة
بعد الراحة	قراءة قصة أو نشاط هادئ
فترة العصر	اللعب خارج المنزل أو الحركة في مكان آمن
المساء	وقت عائلي ولعب مشترك
قبل النوم	النظافة الشخصية وقراءة قصة والاستعداد للنوم

هذا النموذج مرن، وليس جدولًا إلزاميًا؛ فبعض الأيام تحتاج أكثر هدوءًا، وأيام أخرى تسمح بالخروج واللعب والحركة.

كيف تتعاملين مع أوقات الملل؟

- الملل ليس دائمًا أمرًا سلبيًا؛ فقد يكون فرصة للطفل كي يفكر ويبتكر ويبحث عن شيء يفعله بنفسه.

عندما يقول طفلك: «أنا أشعر بالملل»، يمكنك:

* عرض نشاطين مناسبين ليختار أحدهما.
* تذكيره بالألعاب المتاحة لديه.
* تقديم صندوق أنشطة لم يستخدمه منذ فترة.
* دعوته للمشاركة في مهمة منزلية بسيطة.
* الخروج معه إلى مكان مفتوح إذا كانت الظروف مناسبة.
* منحه فرصة للتفكير في نشاط من اختياره.

- لا تسارعي إلى تقديم جهاز إلكتروني كلما شعر بالملل؛ بل ساعديه تدريجيًا على اكتشاف طرق أخرى للاستمتاع بوقته.

أخطاء تجنبيها عند تنظيم يوم الطفل

- وضع جدول مزدحم لا يترك للطفل فرصة للعب الحر.
- إجباره على تنفيذ نشاط لا يحبه.
- مقارنة إنجازه بإنجاز أطفال آخرين.
- اعتبار كل لحظة لا يتعلم فيها وقتًا ضائعًا.
- استخدام الأنشطة وسيلة لإسكاته أو منعه من التعبير عن مشاعره.
- إهمال النوم والراحة من أجل إكمال الأنشطة.
- توقع أن ينشغل الطفل بمفرده طوال الوقت.
- الشعور بالذنب إذا لم تستطيعي تنفيذ جميع الأنشطة يوميًا.

نموذج أسبوعي لتنويع الأنشطة

- يمكنك اختيار نشاط أساسي مختلف لكل يوم، مع الاحتفاظ باللعب الحر والروتين اليومي والأنشطة الحركية المناسبة.

جدول أنشطة الأسبوع

اليوم	النشاط الأساسي
اليوم الأول	نشاط فني أو أشغال يدوية
اليوم الثاني	نشاط استكشاف وتجربة علمية بسيطة
اليوم الثالث	نشاط حركي في المنزل أو الخارج
اليوم الرابع	نشاط قراءة وقصة ومناقشة
اليوم الخامس	نشاط مشاركة في أعمال المنزل
اليوم السادس	نزهة أو زيارة مكان جديد
اليوم السابع	نشاط عائلي يختاره الطفل

هذا النموذج مرن، وليس جدولًا إلزاميًا.

- ليس المقصود تنفيذ نشاط واحد فقط في اليوم، بل جعل لكل يوم فكرة مميزة تساعد على التنويع والتجديد.

متابعة تقدم الطفل

يمكنك ملاحظة تطور طفلك من خلال أسئلة بسيطة:

- هل أصبح يختار أنشطته بنفسه؟
- هل يستطيع اللعب والتفاعل دون طلب الشاشة باستمرار؟
- هل يشارك في بعض المهام اليومية؟
- هل أصبح أكثر قدرة على التعبير عن مشاعره؟
- هل اكتسب مهارات جديدة من خلال اللعب؟
- هل يستمتع بالأنشطة المشتركة مع الأسرة؟

*** لا تستخدمي هذه الأسئلة للحكم على الطفل أو مقارنته بغيره، بل لملاحظة احتياجاته ومعرفة الأنشطة التي تناسبه.

تذكري:

نجاح تنظيم يوم الطفل لا يقاس بعدد الأنشطة التي نفذها، بل بمدى توازن يومه، وحصوله على احتياجاته من اللعب والحركة والتعلم والراحة والحب والاهتمام.

الباب الحادي عشر
مواقف وتحديات كيف تواجهها الأم

- قد تواجه الأم صعوبات متعددة عند محاولة تنظيم استخدام الطفل للشاشات وتوفير بدائل ممتعة له. فقد يرفض الطفل الأنشطة الجديدة، أو يطلب الهاتف باستمرار، أو يغضب عند إبعاده عنه.
- هذه المواقف طبيعية، ولا تعني أن الأم فشلت في التربية، لكنها تحتاج إلى الصبر والتدرج والثبات، مع فهم احتياجات الطفل ومراعاة عمره وطبيعته.

أولًا: طفلي يطلب الهاتف طوال الوقت

المشكلة:

- يكرر الطفل طلب الهاتف أو الجهاز الإلكتروني، ويشعر بالضيق عندما لا يحصل عليه.

أسباب محتملة:

- اعتياده على استخدام الشاشة في أوقات كثيرة.
- سهولة حصوله على الترفيه من خلال الجهاز.
- استخدام الهاتف عند شعوره بالملل.
- عدم وجود بدائل جذابة ومتاحة له.

كيفية التعامل:

- ضعي قواعد واضحة ومناسبة لعمر الطفل بشأن استخدام الأجهزة.
- لا تجعلي الهاتف متاحًا له طوال الوقت.
- جهزي بدائل يحبها قبل الأوقات التي اعتاد فيها استخدام الشاشة.
- شجعيه على اختيار نشاط من بين عدة أنشطة.
- كوني ثابتة في تطبيق القواعد، ولا تغيري قرارك لمجرد إلحاحه.
- احرصي على أن يكون استخدام الكبار للأجهزة أمام الطفل متوازنًا.

ثانيًا: طفلي يغضب عندما أمنعه من الشاشة

المشكلة:

- يبكي الطفل أو يصرخ أو يعترض بشدة عندما تطلب منه الأم إغلاق الجهاز.

أسباب محتملة:

- صعوبة الانتقال من نشاط ممتع إلى نشاط آخر.
- عدم قدرته على تنظيم مشاعره بعد.
- اعتياده على الاستمرار في المشاهدة دون حدود واضحة.
- شعوره بالإحباط عندما لا يحصل على ما يريد.

كيفية التعامل:

- حافظي على هدوئك، وتجنبي الصراخ أو التهديد.
- اعترفي بمشاعره، مثل: «أعرف أنك حزين لأن وقت المشاهدة انتهى».
- ذكريه بالقواعد المتفق عليها.
- أخبريه مسبقًا بقرب انتهاء الاستخدام.
- قدمي له نشاطًا آخر واضحًا ومحببًا.
- لا تعيدي الجهاز إليه لمجرد إيقاف البكاء؛ حتى لا يتعلم أن الغضب يغير القواعد.
- إذا اشتد انفعاله، ساعديه على الهدوء أولًا، ثم تحدثي معه.

ثالثًا: طفلي يرفض الأنشطة البديلة

المشكلة:

- تقدم الأم لطفلها ألعابًا وأنشطة مختلفة، لكنه يرفضها ويطلب الهاتف بدلا منها.

أسباب محتملة:

- عدم اعتياده على اللعب بهذه الطريقة.
- تقديم أنشطة لا تناسب اهتماماته أو قدراته.
- توقعه أن تكون البدائل غير ممتعة بالدرجة نفسها التي اعتادها مع الشاشة.
- حاجته إلى مشاركة الأم في بداية النشاط.

كيفية التعامل:

- ابدئي بالأنشطة التي يحبها بالفعل.
- شاركيه في النشاط أولا، ثم اتركيه يكمل ما يستطيع.
- لا تقدمي عددًا كبيرًا من الخيارات في وقت واحد.
- جربي أنشطة مختلفة حتى تكتشفي اهتماماته.
- لا تجبريه على إكمال نشاط لا يرغب فيه.
- أعيدي تقديم بعض الأنشطة القديمة بطريقة جديدة.

رابعًا: طفلي يشعر بالملل بسرعة

المشكلة:

- يبدأ الطفل نشاطًا ثم يتركه سريعًا، وينتقل من لعبة إلى أخرى ، ويكرر أنه لا يجد شيئًا يفعله.

أسباب محتملة:

- اختلاف قدرته على التركيز وفق طبيعة النشاط وعمره.
- كثرة الألعاب المعروضة أمامه.
- اعتياده على الانتقال السريع بين المحتويات الإلكترونية.
- عدم معرفته بكيفية ابتكار ألعاب من تلقاء نفسه.

كيفية التعامل:

- قللي عدد الألعاب المعروضة في الوقت نفسه.
- وفري ألعابًا مفتوحة النهاية تسمح بطرق متعددة للعب.
- شجعيه على ابتكار لعبة باستخدام الأدوات الآمنة المتاحة.
- لا تتدخلي فورًا كلما قال إنه يشعر بالملل.
- ساعديه على اختيار نشاط يناسب اهتمامه.
- تقبلي أن ينتقل بين الأنشطة أحيانًا دون إجباره على الاستمرار.

خامسًا: طفلي لا يستطيع اللعب بمفرده

المشكلة:

- يطلب من الأم مشاركته في كل لعبة، ولا يستطيع الانشغال بنشاط دون وجودها بجواره.

أسباب محتملة:

- حاجته إلى الشعور بالأمان والاهتمام.
- اعتياده على وجود شخص يوجهه باستمرار.
- عدم اكتسابه مهارة اللعب المستقل تدريجيًا.
- عدم ملاءمة بعض الأنشطة لقدراته.

كيفية التعامل:

- ابدئي باللعب معه حتى يفهم طريقة النشاط.
- اتركيه يكمل جزءًا بسيطًا بنفسه.
- زيدي مساحة استقلاله تدريجيًا.
- اختاري ألعابًا يعرف طريقة استخدامها.
- شجعي محاولاته، ولا تنتقدي أخطاءه.
- ابقي قريبة منه، ولا تتركيه دون إشراف.

سادسًا: ليس لدي وقت كافٍ لمشاركة طفلي

المشكلة:

- تشعر الأم بأنها لا تستطيع توفير أنشطة لطفلها بسبب مسؤوليات المنزل والعمل ورعاية الأسرة.

كيفية التعامل:

- استفيدي من الأنشطة التي يستطيع الطفل تنفيذها بعد تجهيزها.
- أشركيه في بعض المهام المنزلية المناسبة لعمره.
- جهزي سلة أنشطة بسيطة يمكن تقديمها بسهولة.
- احتفظي بقائمة أفكار سريعة تناسب ظروفك.
- اجعلي بعض الأنشطة جزءًا من الروتين اليومي بدلا من إضافة مهام جديدة.
- لا تضغطي على نفسك لتنفيذ جميع أفكار الكتاب.
- تذكري أن الاهتمام والتواصل لا يحتاجان إلى تجهيزات مكلفة.

سابعًا: طفلي يشاهد الهاتف عند الأقارب أو خارج المنزل

المشكلة:

- تضع الأم قواعد لاستخدام الأجهزة في المنزل، لكنها تجد صعوبة في تطبيقها عند زيارة الأقارب أو الخروج.

كيفية التعامل:

- اتفقي مع أفراد الأسرة على احترام القواعد الأساسية.
- اشرحي للطفل أن القواعد لا تتغير لمجرد وجودنا خارج المنزل.
- اصطحبي بعض الألعاب والكتب الصغيرة المناسبة للخروج.
- قدمي له بدائل مثل المشاركة في الحديث أو اللعب مع الأطفال.
- لا تدخلي في خلافات حادة أمام الطفل، بل ناقشي الأمر بهدوء مع الكبار.

ثامنًا: أفراد الأسرة يستخدمون الهاتف باستمرار

المشكلة:

- يطلب الطفل الهاتف لأنه يرى الكبار يستخدمونه طوال الوقت ، أو يشعر أن القواعد المفروضة عليه لا تطبق على بقية أفراد الأسرة.

كيفية التعامل:

- كوني قدوة في الاستخدام المتوازن للأجهزة.
- تجنبي الانشغال بالهاتف أثناء الحديث مع الطفل.
- خصصي أوقاتا عائلية تقل فيها الأجهزة مثل وقت الطعام وعند الاستيقاظ وقبل النوم ووقت التجمع العائلي أو الأسري.
- لا تستخدمي الهاتف وسيلة لإلهاء الطفل في كل موقف.
- شجعي أفراد الأسرة على المشاركة في الأنشطة واللعب.
- اشرحي للطفل أن استخدام الأجهزة يرتبط بالحاجة والوقت المناسب، وليس بمجرد الرغبة.

تاسعًا: طفلي يقارن نفسه بأطفال آخرين يستخدمون الهاتف

المشكلة:

- يقول الطفل إن أصدقاءه أو أبناء أقاربه يستخدمون الأجهزة، ويطلب السماح له بما يفعلونه.

كيفية التعامل:

- استمعي إليه دون التقليل من مشاعره.
- اشرحي له أن لكل أسرة قواعدها الخاصة.
- لا تهاجمي الأطفال الآخرين أو أسرهم.
- وضحي له أن هناك أنشطة ممتعة كثيرة يمكنه الاستمتاع بها.
- قدمي له بدائل جذابة تناسب اهتماماته.
- حافظي على القواعد الأسرية دون الدخول في مقارنات.

عاشرًا: طفلي لا يستمتع بالخروج أو اللعب الحركي

المشكلة:

- يفضل الطفل الجلوس أمام الشاشة، ويرفض الخروج أو المشاركة في الأنشطة الحركية.

أسباب محتملة:

- قلة اعتياده على الحركة واللعب خارج المنزل.
- عدم ملاءمة النشاط لقدراته أو اهتماماته.
- شعوره بالتعب أو عدم الارتياح.
- وجود مخاوف من المكان أو الأطفال الآخرين.

كيفية التعامل:

- ابدئي بنزهات بسيطة في أماكن مألوفة وآمنة.
- اختاري أنشطة حركية يحبها الطفل.
- شاركيه اللعب بدلا من الاكتفاء بتوجيهه.
- اسمحي له باختيار المكان أو النشاط من بين خيارات مناسبة.
- لا تجبريه على المشاركة في ألعاب لا يشعر بالراحة فيها.
- لاحظي ما إذا كان رفضه مرتبطًا بالخوف أو التعب أو صعوبة الحركة.

الحادي عشر: طفلي يطلب مشاهدة الشاشة أثناء تناول الطعام

المشكلة:

- يرفض الطفل تناول الطعام دون مشاهدة الهاتف أو التلفاز.

أسباب محتملة:

- اعتياده على ربط الطعام بالمشاهدة.
- استخدام الشاشة لإلهائه أثناء الوجبات.
- صعوبة جلوسه على المائدة دون نشاط آخر.

كيفية التعامل:

- اجعلي تناول الطعام وقتًا عائليًا هادئًا.
- تحدثي معه عن الطعام وألوانه ومذاقه.
- شجعيه على المشاركة في تجهيز المائدة.
- قدمي له الطعام بطريقة مناسبة لعمره.
- ابدئي بتغيير العادة تدريجيًا إذا كان معتادًا عليها بشدة.
- تجنبي إجباره على تناول الطعام أو استخدام الشاشة وسيلة للضغط عليه.

الثاني عشر: طفلي يطلب الهاتف قبل النوم

المشكلة:

- يعتاد الطفل مشاهدة الهاتف قبل النوم، ويصعب عليه الاستعداد للنوم دون ذلك.

كيفية التعامل:

- اجعلي وقت النوم ثابتًا قدر الإمكان.
- أوقفي استخدام الشاشات قبل النوم بوقت مناسب.
- استبدلي المشاهدة بروتين هادئ، مثل الاستحمام وارتداء ملابس النوم وقراءة قصة.
- اجعلي غرفة النوم هادئة ومريحة.
- أبعدي الأجهزة عن سرير الطفل.
- كوني ثابتة في تطبيق روتين النوم.

الثالث عشر: طفلي يقلد ما يشاهده على الشاشة

المشكلة:

- يقلد الطفل بعض الحركات أو الكلمات أو السلوكيات التي يشاهدها، وقد تكون غير مناسبة لعمره.

كيفية التعامل:

- راقبي المحتوى الذي يصل إليه الطفل.
- تحدثي معه بهدوء عن السلوك الذي يقلده.
- وضحي له الفرق بين التصرف المقبول وغير المقبول.
- قدمي له بدائل إيجابية من خلال اللعب والقصص والمواقف اليومية.
- تجنبي توبيخه أو السخرية منه بسبب التقليد.
- امنعي وصوله إلى المحتوى غير المناسب لعمره.

الرابع عشر: طفلي يستخدم الهاتف سرًا

المشكلة:

- يحاول الطفل الحصول على الهاتف دون علم الأم، أو يستخدمه في غيابها.

كيفية التعامل:

- احتفظي بالأجهزة في أماكن لا يستطيع الطفل الوصول إليها دون إذنك.
- استخدمي إعدادات الرقابة الأبوية المناسبة.
- اشرحي له قواعد استخدام الأجهزة بوضوح.
- تجنبي تحويل الأمر إلى معركة أو تهديد مستمر.
- عززي الصدق، واشكريه عندما يطلب الإذن بدلًا من أخذ الجهاز دون علمك.
- راجعي طريقة تطبيق القواعد إذا كان الطفل يلجأ إلى استخدامها سرًا باستمرار.

الخامس عشر: الأم تشعر بالذنب لأنها تسمح لطفلها باستخدام الشاشة

المشكلة:

- تشعر الأم بالتقصير عندما تسمح لطفلها بمشاهدة محتوى إلكتروني، أو عندما لا تستطيع توفير أنشطة بديلة طوال الوقت.

كيفية التعامل:

- تذكري أن التربية لا تعتمد على الكمال، بل على المحاولة المستمرة.
- لا تقارني ظروفك بظروف الأمهات الأخريات.
- ضعي قواعد واقعية تستطيعين الالتزام بها.
- ركزي على تحسين العادات تدريجيًا.
- لا تحملي نفسك مسؤولية إرضاء الطفل طوال الوقت.
- اطلبي مساعدة أفراد الأسرة في توفير بيئة منزلية مناسبة.
- تذكري أن الطفل يحتاج إلى أم هادئة ومتوازنة أكثر من حاجته إلى جدول مليء بالأنشطة.

قواعد أساسية تساعدك على النجاح

- كوني واضحة وثابتة في القواعد.
- ابدئي بالتغيير تدريجيًا، خاصة إذا كان الطفل معتادًا على استخدام الشاشة بكثرة.
- لا تجعلي الهاتف مكافأة دائمة للسلوك الجيد أو وسيلة للعقاب.
- لا تستخدمي الشاشة لإسكات الطفل كلما بكى أو غضب.
- قدمي البدائل قبل أوقات الملل قدر الإمكان.
- شاركي طفلك بعض الأنشطة، واتركي له مساحة للعب الحر.
- راعي احتياجاته النفسية والجسدية، ولا تفسري كل اعتراض على أنه عناد.
- اجعلي جميع أفراد الأسرة شركاء في تطبيق القواعد.

تذكري:

لا توجد أم مثالية، ولا طفل يتغير بين يوم وليلة .

النجاح الحقيقي هو أن تبدئي بخطوات صغيرة، وتستمري بثبات وهدوء، وتوفري لطفلك بيئة غنية بالحب واللعب والتعلم والتواصل.

الباب الثاني عشر

كيف نراعي احتياجات الطفل الصحية والقدرات الفردية؟

- يختلف الأطفال في صحتهم وقدراتهم وميولهم وطريقة تعلمهم؛ لذلك لا يناسب كل نشاط جميع الأطفال بالدرجة نفسها. وقد يحتاج بعض الأطفال إلى تعديلات بسيطة في الأدوات أو طريقة تقديم النشاط، بينما يحتاج آخرون إلى متابعة أو مساعدة متخصصة.
- والهدف ليس أن يؤدي كل طفل النشاط بالطريقة نفسها، بل أن نساعده على المشاركة والتعلم والاستمتاع وفق قدراته واحتياجاته.

قواعد مهمة للأم عند التعامل مع طفل ذو حالة خاصة

- لا تجبريه على نشاط لا يناسب قدراته أو حالته الصحية.
- لا تحرميه من المشاركة لمجرد وجود إعاقة أو صعوبة لديه.
- لا تقدمي له مساعدة تفوق احتياجه؛ اتركي له فرصة المحاولة والاستقلال.
- احتفي بالتقدم الذي يحققه، مهما كان صغيرًا.
- استشيري الطبيب أو المختص عند الحاجة، واتبعي التوجيهات الخاصة بحالة الطفل.

تذكري: لكل طفل طريقته الخاصة في التعلم والنمو، ومراعاة احتياجاته ليست استثناءً من التربية السليمة، بل جزء أساسي منها

أولًا: التعامل مع الطفل المريض

- إذا كان الطفل يعاني من مرض عارض أو حالة صحية، فينبغي مراعاة حالته عند اختيار الأنشطة.

ما الذي ينبغي على الأم مراعاته؟

- عدم إجبار الطفل على اللعب أو التعلم عندما يكون متعبًا أو يشعر بالألم.
- اختيار أنشطة هادئة لا تتطلب مجهودًا كبيرًا.
- السماح له بالراحة والتوقف عن النشاط متى احتاج إلى ذلك.
- الالتزام بتعليمات الطبيب بشأن الحركة واللعب والطعام و الراحة.
- عدم تعريضه للحرارة الشديدة أو البرودة أو أي عوامل قد تزيد حالته سوءًا.
- تشجيعه على المشاركة دون إشعاره بأنه أقل قدرة من إخوته أو أقرانه.

ثانيًا: التعامل مع الطفل المصاب بمرض مزمن

- قد يحتاج الطفل المصاب بأمراض مزمنة، مثل الربو أو السكري أو أمراض القلب أو الصرع، إلى ترتيبات خاصة أثناء اللعب والأنشطة.

كيف تتعامل الأم معه؟

- التعرف على تعليمات الطبيب والقيود الخاصة بحالة الطفل.
- اختيار الأنشطة التي تتناسب مع قدرته الصحية.
- تجنب الأنشطة التي قد تعرضه للإجهاد أو الخطر وفقًا لحالته.
- التأكد من توافر الأدوية أو المستلزمات الطبية التي يحتاج إليها الطفل، مع احتفاظ الأم بمسؤولية استخدامها ومتابعتها.
- إبلاغ الأشخاص الذين يتولون رعاية الطفل بما يلزم معرفته للتعامل مع حالته.
- عدم حرمانه من اللعب والأنشطة المناسبة لمجرد إصابته بمرض مزمن.

ملاحظة:

تختلف الاحتياطات باختلاف المرض وشدته؛ لذلك لا بد من الرجوع إلى الطبيب المعالج لتحديد الأنشطة المناسبة.

ثالثًا: التعامل مع الأطفال ذوي الإعاقة والاحتياجات النمائية الخاصة

- قد يحتاج بعض الأطفال إلى تعديلات في طريقة تقديم النشاط أو الأدوات المستخدمة حتى يتمكنوا من المشاركة والاستفادة.

1- الطفل ذو الإعاقة الحركية

- اختيار أنشطة يمكن تنفيذها أثناء الجلوس.
- استخدام أدوات كبيرة يسهل الإمساك بها.
- تثبيت الأوراق والألعاب على الطاولة عند الحاجة.
- توفير مساحة مناسبة للحركة وفق قدرته.
- مساعدته عند الضرورة دون القيام بكل شيء بدلا منه.

2- الطفل ذو الإعاقة البصرية

- استخدام أدوات واضحة الملمس والأشكال.
- وصف الأشياء والخطوات بالكلمات.
- تقديم خامات آمنة يمكنه استكشافها باللمس.
- تنظيم المكان وإزالة العوائق التي قد تعترض حركته.
- الاستفادة من الأدوات التعليمية المناسبة لدرجة قدرته البصرية.

3. الطفل ذو الإعاقة السمعية

- استخدام الصور والبطاقات والإشارات لتوضيح خطوات النشاط.
- مواجهة الطفل أثناء الحديث حتى يتمكن من رؤية تعبيرات الوجه وحركة الشفاه.
- تقديم تعليمات واضحة ومباشرة.
- استخدام وسائل التواصل التي اعتاد الطفل عليها، وفق احتياجاته.

4 - الطفل ذو اضطراب طيف التوحد

- تقديم النشاط بخطوات واضحة ومتسلسلة.
- استخدام الصور لتوضيح المطلوب.
- مراعاة حساسيته تجاه بعض الأصوات أو الأضواء أو الملامس.
- احترام حاجته إلى الروتين والاستعداد قبل الانتقال من نشاط إلى آخر.
- عدم إجباره على أنشطة تسبب له انزعاجًا حسيًا شديدًا.
- تشجيعه على التواصل والتفاعل بالطريقة المناسبة لقدراته.

5- .الطفل المصاب بفرط الحركة وتشتت الانتباه

- اختيار أنشطة قصيرة الخطوات وواضحة التعليمات.
- تقسيم المهمة الكبيرة إلى مهام صغيرة.
- توفير أنشطة حركية آمنة تناسب احتياجه للحركة.
- تقليل المشتتات المحيطة به.
- تشجيعه على إكمال ما يستطيع دون توبيخ أو مقارنة بالآخرين.

6 - الطفل الذي لديه تأخر في اللغة أو صعوبات في التعلم

- استخدام الصور والأشياء المحسوسة بدلا من الاعتماد على الشرح اللفظي وحده.
- إعطاؤه فرصة للتعبير بالكلمات أو الإشارات أو الصور.
- تكرار التعليمات بلغة بسيطة دون استعجاله.
- تقديم المهارات الجديدة بصورة تدريجية.
- الاحتفال بمحاولاته وتقدمه، مهما كان بسيطًا.

7 -الطفل الذي لديه حساسية حسية

- قد ينزعج بعض الأطفال من أصوات معينة أو إضاءة قوية أو ملمس بعض الخامات، وقد يرفضون أنشطة يستمتع بها أطفال آخرون.

لذلك يُنصح بما يلي:

- ملاحظة الخامات والأصوات والمواقف التي تسبب له الانزعاج.
- تقديم خامات بديلة أكثر تقبلا لديه.
- تجنب إجباره على لمس شيء يثير انزعاجه.
- إتاحة فرصة له لمشاهدة النشاط قبل المشاركة فيه.
- استشارة المختص إذا كانت الحساسية الحسية تؤثر بصورة واضحة في حياته اليومية.

رابعًا: التعامل مع الطفل ذي القدرات أو المواهب المرتفعة

- قد يظهر بعض الأطفال قدرات متقدمة في التفكير أو اللغة أو الذاكرة أو الرسم أو الحساب أو حل المشكلات.

كيف تدعم الأم قدراته؟

- تقديم أنشطة تتحدى تفكيره دون أن تكون فوق قدرته.
- تشجيعه على طرح الأسئلة والبحث عن الإجابات.
- إتاحة فرص للتجربة والابتكار وصنع أشياء جديدة.
- تقديم ألغاز ومهام تناسب مستوى تفكيره.
- عدم تحميله مسؤوليات أو توقعات تفوق احتياجاته العمرية.
- الاهتمام بجوانبه الاجتماعية والانفعالية والحركية، وليس بقدراته العقلية فقط.

خامسًا: ملخص كيف نختار النشاط المناسب لكل طفل؟

مراعاة حالة الطفل عند اختيار النشاط

حالة الطفل	ما نراعيه عند اختيار النشاط
سريع التعب	أنشطة هادئة وقليلة المجهود
لديه صعوبة في الحركة	أدوات كبيرة وأنشطة يمكن تنفيذها أثناء الجلوس
لديه تأخر لغوي	صور وألعاب تسمية وتواصل
لديه حساسية حسية	خامات وأصوات تناسب تقبله الحسي
لديه تشتت في الانتباه	خطوات بسيطة وواضحة وتقليل المشتتات
لديه صعوبة في التعلم	التدرج والتكرار واستخدام الوسائل المحسوسة
لديه قدرات مرتفعة	أنشطة استكشاف وابتكار أكثر تحديًا

تم بفضل الله