ارقص واستمتع

استمتع وارقص على ألحان أغنيتك المفضلة

ستحتاجين إلى

- إغنية أو موسيقى
- أدوات مساندة للرقص (مناديل/ أشرطة ملونة/ قبعات..

نلعب معاً

- اسألي الأطفال عن أغنية يحبونها، واختاري واحدة ليرقص الأطفال على ألحانها.
- دعي الطفل يقود النشاط وابدأي بتقليد حركاته في الرقص.
- ضمني الرقص بعض الحركات وانظري إن كان الطفل سيقوم بتقليدك.
- تأكدي من أن تظهري استمتاعك بالنشاط!

أهمية النشاط

- الرقص معا يدخل السعادة إلى القلب ويرسم الابتسامة على الوجه!
- النشاط الجسدي يحرر مشاعر إيجابية جيدة.
- التقليد طريقة مهمة يتعلم من خلالها الطفل. إن أبديت أنك تقضين وقتاً ممتعاً، في الأغلب سيشارك الطفل ويستمتع في النشاط، وهذا سيشعره بشكل جيد.

© 2020 Partnership for Children. Registered Charity number: 1089810. All rights reserved.
Produced in partnership with Oldham Opportunity Area funding.

صندوق المشاعر

لعبة التصويب في الصناديق للتعبير عن المشاعر

ستحتاجين إلى

- صناديق أو سِلال
- أقلام وأوراق
- كرات

نلعب معاً

- ضعي ٣ صناديق/أو سِلال فارغة على الأرض.
- ارسمي وجهاً ضاحكاً على أحد الصناديق، وآخر غاضباً على صندوق آخر، ووجهاً حزيناً على الصندوق الثالث..
- استعيني بالكُرات أو الجوارب أو أوراقاً منكمشة على شكل كرة لترميها في الصندوق الحزين، ثم شجّعي طفلك على أخذ دوره.

  لنرمي الكرة في الصندوق الغاضب معاً.

  هل يمكنك رمي لكرة في الصندوق السعيد؟
- يمكنك إضافة المزيد من الصناديق مع وجوه تعبّر عن مشاعر أخرى.
- خلال اللعب، يُفضّل أن تتحدّثي مع الطفل عن الأوقات التي شعر فيها بهذه المشاعر المختلفة.

أهمية النشاط

- مساعدة الطفل على فهم أفضل لمشاعره وأحاسيسه
- مساعدة الطفل على إدراك أن كل المشاعر مهمة

© 2020 Partnership for Children. Registered Charity number: 1089810. All rights reserved.
Produced in partnership with Oldham Opportunity Area funding.

الاسترخاء

إيجاد السَّكينة من خلال القيام بأنشطة ذهنية (تزيد الوعي باللحظة الحالية) معاً

ستحتاجين إلى

- بالونات
- قارورة مياه بلاستيكية فارغة وزينة لامعة (Glitter)

أهمية النشاط

- إن الأنشطة الذهنية التي تُحفّز الوعيّ تساعد طفلك على التركيز على اللحظة الحالية، مما يساعده في الحفاظ على هدوئه والاسترخاء. إن تشجيع الأطفال على القيام بهذه الأنشطة يساعدهم على التأقلم مع المشاعر الصعبة.

نلعب معاً

- **البحث عن الغيوم:** بالاستلقاء خارجاً أو بالنظر من خلال النافذة، انظرا إلى الغيوم في السماء. خصّصي بعض الوقت للتحدّث مع الطفل عن أشكال الغيوم المختلفة وعن سرعة حركتها في السماء.
- **لعبة البالونات:** انفخي مع الطفل بعض البالونات وحاولا إبقائها في الهواء عن طريق قذفها برقة للأعلى دون أن تسقط على الأرض
- **القارورة الامعة:** املئي مع طفلك قارورة بلاستيكية بالمياه وبعض الزينة. ثم اجعلي طفلك يرجّها ويُراقب القطع الامعة(Glitter) في القارورة وهي تهبط تتحرك.
- **استخدام الحواس:** ممارسة أنشطة أخرى تُحفّز حواس الطفل؛ البصر والسمع والشمّ واللمس. على سبيل المثال: رسم الأشكال المختلفة على الرمل، أو التحدّث عن الأحداث التي تحصل خارج المدرسة/ المنزل، أو شمّ الزهور أثناء ممارسة المشي خارجاً.

© 2020 Partnership for Children. Registered Charity number: 1089810. All rights reserved.
Produced in partnership with Oldham Opportunity Area funding.

لعبة الغميضة

لنلعب الغميضة مع دميتك المحشوة المفضلة

ستحتاجين إلى

- دمى محشوة

أهمية النشاط

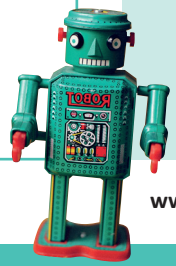
- إن الاستماع واتّباع التعليمات مهارات أساسية للتواصل الفعّال
- تسمح هذه اللعبة للأطفال بالاستماع بدقة واتّباع وتقديم التعليمات

نلعب معاً

- اطلبي من الطفل أن يختار إحدى الدّمى ويخبئها.
- اشرحي للطفل أنكما ستلعبان لعبة الغميضة وذلك يعني أن الدمية سوف تختبئ في مكان ما وأن عليكما إيجادها.
- تمرّنا على إغلاق أعينكما بوضع أيديكما عليها، وأن تنتظرا حتى تسمعا جملة "إنني جاهز!" ثم تفتحا أعينكما.
- عندما يجد الطفل الدمية، يمكنك مساعدته بقولك...

  أين هي؟ لقد اقتربت.

  نعم، لقد وجدتها! كانت تحت المخدة!
- في الدور اللاحق، يأتي دور الطفل بأن يُخبّئ الدمية وعليك أنت أن تجديها.



© 2020 Partnership for Children. Registered Charity number: 1089810. All rights reserved.
Produced in partnership with Oldham Opportunity Area funding.

حقيبة القصص

املئي الحقيبة بأدوات مساندة تعبّر عن قصة طفلك المفضلة

ستحتاجين إلى

- الكتاب أو القصة المفضّل للطفل/ للأطفال وأدوات مساندة
- حقيبة أو صندوق أو سلّة

أهمية النشاط

- تخصيص حقيبة للقصص يجعل القراءة أكثر تسلية وأسهل للحفظ ويساعد على تطوير اللغة.

نلعب معاً

- شجعي الطفل/ الأطفال على اختيار الكتب والقصص التي ستوضع في الحقيبة.
- انظروا إلى الصور والرسومات في الكتاب أو القصة واختاروا الأدوات المساندة المناسبة لإضافتها إلى الحقيبة.
- اجعلي من رحلة البحث عن هذه الأدوات في أرجاء المدرسة/ المنزل أمراً مسلياً.
- استخدمي هذه الأدوات لرواية القصة من جديد وتمثيل أجزاء منها.
- يُفضّل أن تتحدثي مع الطفل عن الجزء المفضّل لديه في الكتاب أو القصة، واسأليه عن الشخصيات والحبكة.

From The Gruffalo, first published in 1999 by Macmillan Children's Books, an imprint of Pan Macmillan. Reproduced by permission of Macmillan Publishers International Limited Copyright © Text Julia Donaldson 1999 / Illustrations Axel Scheffler 1999

© 2020 Partnership for Children. Registered Charity number: 1089810. All rights reserved.
Produced in partnership with Oldham Opportunity Area funding.

فرقة المطبخ

لنصنع طبولنا من أدوات المطبخ!

ستحتاجين إلى

- قدور وصواني وعُلب معدنية
- ملاعق (معدنية، خشبية، كبيرة، صغيرة)
- مضرب الطعام المعدني وأداة هرس البطاطا (أدوات تحضير الطعام التي تصلح كعصاة قرع الطبول)

أهمية النشاط

- استكشاف الأصوات يحفّز حاسة السمع، مما يساعد على تطوير التواصل لدى الطفل.
- تقليد الأصوات وإصدارها يساعد على تمرين عضلات الفك لدى الطفل وتطوير مهارة النُطق لديه.

نلعب معاً

- شجعي الطفل على اختيار أداة من أدوات المطبخ ليستعملها كآلة موسيقية.
- امسكي الملعقة وأرشدي طفلك ماذا يفعل، ثم امنحيه الوقت ليبتكر أصواتاً عديدة باستعمال الأدوات المختلفة.

رائع! هذه ضربة موفقة!

هل تعرف كيف تُحدث صوتاً خفيفاً بقرع المقلاة بالملعقة الصغيرة؟

- يمكنك القيام بلعبة "قلّدني"، حيث تقومين بقرع القُدور عدداً معيناً من المرات وعلى طفلك أن يقوم بالمثل. "1،2،3 ضربة، ضربة، ضربة. الآن دورك، 1،2،3.."
- يمكنك أيضاً إصدار الأصوات المختلفة بأسنانك ولسانك وشفتيك بدلاً من الأدوات. "أي الأصوات يمكن أن تُصدرها شفتاك؟"

© 2020 Partnership for Children. Registered Charity number: 1089810. All rights reserved.
Produced in partnership with Oldham Opportunity Area funding.