8-3
سنوات

الأسرة
AL USRA

هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة
Abu Dhabi Early Childhood Authority

100+
فكرة للحظات أسرية
Family Moments

العبوا • تواصلوا • استكشفوا
Play • Talk • Explore



كل لحظة تصنع فرقاً

ندعو الوالدين ومقدمي الرعاية والأجداد لقضاء وقت ممتع وهادف مع أطفال الأسرة، من خلال أنشطة يومية بسيطة.

بحلول سن الخامسة، يصل دماغ الطفل إلى 90% من حجمه عند البلوغ، وتتشكل فيه خلال هذه المرحلة أكثر من مليون رابطة عصبية جديدة كل ثانية. ولهذا تعد مرحلة الطفولة المبكرة، الممتدة من الولادة حتى سن الثامنة، مرحلة حاسمة لتنمية المهارات الاجتماعية والعاطفية التي تشكل أساساً للرفاه والفرص مدى الحياة، وتسهم في تشكيل مستقبل الطفل.

فكل مرة تتحدثون فيها وتنصتون وتلعبون وتستكشفون معاً، يحظى الأطفال الصغار بالفرصة لاكتساب مهارات حياتية مهمة، وصنع ذكريات تدوم مع الأشخاص الأقرب إليهم.

ولكل فرد في الأسرة دور في تنمية مهارات الأطفال الاجتماعية والعاطفية، وتهيئة البيئة التي تساعدهم على الازدهار.

لكل طفل طريقته في التعّلم

لكل طفل طريقته الخاصة وإيقاعه الجميل في التعّلم، لذا يمكنكم تكييف كل نشاط بما يناسب طفلكم إذا كان من ذوي التنوع العصبي، أو كان ضمن طيف التوحد، أو لديه اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، أو احتياجات نمائية وتعليمية، أو كان ببساطة يستمتع بأداء الأمور بطريقة مختلفة.

- تأكّدوا من وجود إشراف مناسب من البالغين وإعطاء الأولوية للسلامة.
- هيّئوا طفلكم مسبقاً لما سيحدث.
- عدّلوا الأصوات أو الملامس أو الحركة عند الحاجة.
- امنحوه وقتاً إضافياً.
- دعوا اهتماماته تقود النشاط.
- تذكّروا: الأهم هو التواصل والاستمتاع معاً، وليس تنفيذ النشاط بإتقان.

8-3

من في بالكم؟

التحضير:

يفكر أحدكم سراً في شخص يعرفه الجميع، مثل صديق أو فرد من العائلة أو شخصية مشهورة.

طريقة اللعب:

تناوبوا على طرح أسئلة تكون إجابتها بنعم أو لا، حتى تضيق دائرة الاحتمالات وتنكشف الشخصية الغامضة. هل تستطيع أسرتكم معرفتها في أقل من 20 سؤالاً؟



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع كل سؤال طفلكم على التفكير بطريقة مختلفة وينمي فضوله وثقته بنفسه أثناء سعيه إلى حل اللغز.

8-3

ماذا في الحقيبة؟

التحضير:

ضعوا 4 أو 5 أغراض ذات ملامس مختلفة داخل حقيبة غير شفافة أو غطاء وسادة، وتأكدوا من خلوها من الحواف الحادة.

طريقة اللعب:

حان وقت التخمين! دعوا طفلكم يمد يده داخل الحقيبة من دون أن ينظر، ويصف ملمس الغرض ويحاول معرفة ما هو قبل إخراجه.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجع لمس الأغراض المختلفة ووصفها وتخمينها طفلكم على ملاحظة التفاصيل والتعبير عن أفكاره بالكلمات.

8-3

ما الذي أضحككم اليوم؟

التحضير:

اختاروا لحظة تجمعكم، على مائدة العشاء أو قبل النوم أو خلال التنقل معاً.

طريقة اللعب:

ليشارك كل منكم شيئاً رسم الابتسامة على وجهه اليوم، ثم دعوا طفلكم يعكس الأدوار ويطرح عليكم السؤال نفسه.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد استرجاع اللحظات السعيدة طفلكم على فهم المشاعر والشعور بالراحة عند الحديث عما يشعر به.

8-3

عائلتنا بريشتنا

التحضير:

جهزوا أوراقاً وأقلام رصاص وأقلام التلوين الخشبية أو أقلاماً ملوّنة.

طريقة اللعب:

دعوا كل فرد يرسم الأسرة بطريقته الخاصة. وبعد الانتهاء، دعوا طفلكم يصحبكم في جولة داخل رسمته ويحدثكم عن كل شخص فيها.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع الحديث عن الأشخاص في الرسم طفلكم على التعبير عن أفكاره ومشاعره، والاحتفاء بالأشخاص الأقرب إليه.



8-3

ممنوع الضحك

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

لتبدأ مسابقة الوجوه الجادة! تناوبوا على سرد النكات، واكتشفوا من يستطيع مقاومة الضحك لأطول وقت.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يصنع الضحك المشترك ذكريات سعيدة، ويُذكّر طفلكم بأن قضاء الوقت مع الأسرة قد يكون من أجمل لحظات اليوم.



8-3

لعبتي ترسم فرحة

التحضير:

اختاروا معاً لعبة نظيفة وبحالة جيدة لم يعد طفلكم يستخدمها.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يختار اللعبة التي يرغب في التبرع بها، وتحدثوا معه عن الفرحة التي قد تدخلها على قلب طفل آخر.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يُعلّم اختيار لعبة لمشاركتها مع الآخرين طفلكم أن العطاء، مهما كان بسيطاً، يمكن أن يُسعد الآخرين ويصنع فرقًا في حياتهم.

8-3

صور تروي حكاياتنا

التحضير:

اجمعوا صوراً مطبوعة، أو تصفحوا معاً ألبوم الصور على الهاتف.

طريقة اللعب:

اختاروا صوركم المفضلة، واستعيدوا معاً الحكاية والذكرى التي تحملها كل صورة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد استرجاع ذكريات الأسرة طفلكم على التعرّف إلى جذوره وبناء شعور راسخ بالهوية والانتماء.

8-3

مقهى الأسرة

التحضير:

جهزوا أكواباً وأطباقاً ووجبات خفيفة حقيقية أو تخيلية.

طريقة اللعب:

افتحوا مقهى الأسرة! تناوبوا على أدوار الزبون والطاهي والنادل، وقدموا لبعضكم بعضاً ألذ الوجبات الخيالية.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يمنح اللعب التخيلي طفلكم حرية القيادة والتخيل وابتكار مغامرات أسرية خاصة به.

8-3

أبطال النظافة

التحضير:

أحضروا قفازات أو ملقطاً لالتقاط النفايات إن توفر.

طريقة اللعب:

ابدؤوا مهمة العناية بالمكان، وتعاونوا على جمع النفايات الجافة والآمنة فقط، مع ارتداء القفازات وتجنب أي شيء حاد أو مكسور أو خطر.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تُظهر العناية بالأماكن المشتركة لطفلكم أن الأعمال البسيطة يمكن أن تحدث فرقاً إيجابياً.

8-3

صورة في الماء

التحضير:

ابحثوا عن بركة ماء صغيرة أو مكان آمن آخر يمكنكم رؤية انعكاسكم فيه.

طريقة اللعب:

اقتربوا من الماء، وابحثوا عن انعكاسكم، ثم التقطوا له صورة مبتكرة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تشجّع رؤية العالم من منظور مختلف طفلكم على الحفاظ على فضوله واكتشاف الجمال في أماكن غير متوقعة.

8-3

المخترع الصغير

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

افتحوا باب الخيال على مصراعيه، واسألوا طفلكم: ماذا ستخترع لو استطعت ابتكار أي شيء في العالم؟



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تبدأ الأفكار الكبيرة بالخيال، ويشجع هذا النشاط طفلكم على إطلاق العنان لأحلامه والتفكير بلا حدود.

8-3

أين الجورب الآخر؟

التحضير:

ضعوا كومة من الجوارب النظيفة على الأرض.

طريقة اللعب:

اجعلوا كومة الجوارب لعبة مطابقة. تعاونوا على جمع كل جوربين متشابهين، ثم اطووا الجوارب بعد انتهاء المهمة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

حتى المهام المنزلية اليومية يمكن أن تصبح لحظات للعمل الجماعي والضحك والشعور بالإنجاز معاً.



8-3

نسمع العالم بلا كلام

التحضير:

اختاروا مكاناً هادئاً للجلوس
جنباً إلى جنب.

طريقة اللعب:

شغلوا المؤقت، واقضوا دقيقتين
هادئتين معاً من دون كلام.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد لحظات الهدوء طفلكم على
التمهل وملاحظة العالم من حوله
والاستمتاع بالحضور في اللحظة.



8-3

مهمة الأبطال الخارقين

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

تخيلوا أسرتكم فريقاً من الأبطال الخارقين، وابتكروا لكل فرد اسماً وملابس خاصة وقوة خارقة تميّزه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع تخيل طرقًا لمساعدة الآخرين طفلكم على التفكير في معاني اللطف والشجاعة وإحداث أثر إيجابي.



8-3

خضروات بطريقتي

التحضير:

قدموا ثلاثة أو أربعة أنواع من الخضروات للاختيار منها.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يختار الخضروات التي ستتناولها الأسرة، وكيف يفضّل أن تُحضّر.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تمنح المشاركة في اختيار وجبات الأسرة طفلكم الثقة، وتشجعه على تجربة أطعمة جديدة.

8-3

محققو الطبيعة

التحضير:

اختاروا مكاناً آمناً في الخارج
يمكنكم فيه مراقبة النمل.

طريقة اللعب:

اقتربوا بهدوء وراقبوا ما يحمله النمل،
وإلى أين يتجه، وكيف يعمل كفريق، من
دون لمسه أو إزعاجه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تثير مراقبة الطبيعة فضول طفلكم،
وتشجعه على طرح الأسئلة عن
العالم من حوله.



8-3

موعد مع الشروق

التحضير:

اختاروا مكاناً آمناً يمكنكم منه رؤية شروق الشمس بوضوح.



طريقة اللعب:

استيقظوا أبكر قليلاً من المعتاد، وشاهدوا شروق الشمس معاً. اختاروا موقعاً آمناً، وابقوا بالقرب من طفلكم، ولا سيما قرب الطرق أو الأرض غير المستوية.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

إن بدء اليوم بمغامرة مشتركة يُذكّر طفلكم بأن اللحظات المميزة يمكن أن تحدث في أي وقت.

8-3

نزهة بلون الغروب

التحضير:

ارتدوا أحذية مريحة واخرجوا.

طريقة اللعب:

امشوا معاً على مهل، وتحدثوا عن يومكم، أو تأملوا جمال الغروب من حولكم.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تخلق النزهة البسيطة مساحة للحديث والإنصات والاستمتاع بصحبة بعضكم بعضاً بعيداً عن المشتتات.

8-3

مَن صاحب هذه المشية؟

التحضير:

تناوبوا على اختيار حيوان، أو اكتبوا أسماء حيوانات على قصاصات ورقية وضعوها في وعاء.

طريقة اللعب:

حان وقت تقليد طريقة حركة الحيوانات! تمايلوا مثل البطريق، وتحركوا ببطء مثل حيوان الكسلان، وازحفوا مثل الأفعى. ومن يخمن الحيوان أولاً يتولى الدور التالي.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تشجّع الحركة والضحك والتمثيل طفلكم على التعبير عن نفسه بثقة وإبداع.

8-3

مغامرة في الحديقة

التحضير:

زوروا حديقة قريبة، وخصصوا وقتاً كافياً للاستكشاف.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يقود المغامرة؛ تنزهوا وتسلقوا وتأرجحوا واركضوا، أو استكشفوا المكان معاً بالطريقة التي تناسبه.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يحوّل اتباع فضول طفلكم كل زيارة إلى فرصة لاكتشاف شيء جديد.

8-3

حان وقت الحكاية

التحضير:

دعوا طفلكم يختار كتاباً يحبه، ثم اجلسوا معاً في ركن مريح للقراءة.

طريقة اللعب:

اقرؤوا وفق إيقاع طفلكم، وتوقفوا معاً لتأمل الصور أو طرح الأسئلة أو إكمال الجمل التي يعرفها.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

توقظ القصص الخيال، وتفتح أبواب الحوار، وتساعد طفلكم على فهم العالم من حوله.



8-3

اختر كتاباً

التحضير:

اجمعوا مجموعة صغيرة من الكتب، ودعوا طفلكم يختار الكتاب الذي يرغب في قراءته.

طريقة اللعب:

استمتعوا باختياره، حتى إن عاد إلى الكتاب نفسه الذي قرأتموه مراراً.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يمنح اختيار الكتاب طفلكم شعوراً بالاستقلالية، ويجعل القراءة تجربة أكثر متعة.



8-3

رحلة البحث عن الأرقام

التحضير:

اختاروا عدد الأغراض ولونها، ثم استعدوا للانطلاق.

طريقة اللعب:

ابدؤوا رحلة البحث في أرجاء المنزل، تحدّوا طفلكم في العثور على عدد محدد من الأغراض باللون الذي اخترتموه، ثم عدّوها معاً بصوتٍ عالٍ.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تتحوّل اللحظات اليومية إلى فرص ممتعة لاكتشاف الأرقام والأنماط والتعلم من خلال اللعب.



8-3

شهيق، زفير

التحضير:

اجلسوا أو قفوا في مكان مريح وبعيد عن المشتتات.

طريقة اللعب:

تنفسوا معاً خمس مرات ببطء وعمق: خذوا شهيقًا عبر الأنف، ثم زفيرًا هادئًا عبر الفم.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يمنح التنفُّس البطيء والعميق طفلكم وسيلة بسيطة للتوقف قليلاً والشعور بالهدوء والتعامل مع المشاعر القوية.

8-3

ماذا بعد الحكاية؟

التحضير:

اختاروا أي قصة يستمتع بها طفلكم.

طريقة اللعب:

بعد الانتهاء من القصة، واصلوا الحديث عنها بطرح أسئلة بسيطة. اسألوا الأطفال الأصغر سناً: من كانت شخصيتك المفضلة؟ أو ماذا حدث أولاً؟ واسألوا الأطفال الأكبر سناً: ماذا كنت ستفعل بطريقة مختلفة؟ أو هل تستطيع تخيل نهاية أخرى؟

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تفتح كل قصة الباب أمام أفكار جديدة، وتشجّع طفلكم على التفكير بإبداع ومشاركة وجهة نظره.



8-3

نبتتنا تكبر معنا

التحضير:

اختاروا نبتة منزلية أو في الحديقة أو في أصيص على الشرفة تحتاج إلى الري.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يتولى مهمة ري النبتة بعناية، ثم تأملوها معاً وابحثوا عن أوراق جديدة أو أزهار صغيرة أو أي علامة تدل على نموها.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تُعلّم العناية بالنبات طفلكم أن النمو يحتاج إلى الوقت والصبر والرعاية.



8-3

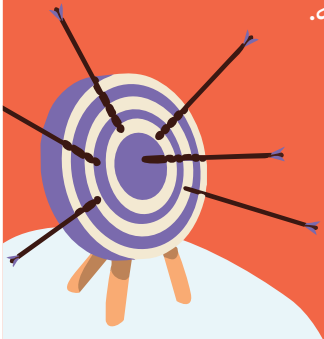
أين الكنز؟

التحضير:

أخفوا لعبة أو كتاباً أو وجبة خفيفة صحية في مكان ما داخل المنزل، وأعِدوا دليلين بسيطين أو ثلاثة تقود إليها.

طريقة اللعب:

ابدؤوا البحث! اقرؤوا كل دليل معاً، وساعدوا طفلكم على الوصول إلى الكنز بإخباره إن كان يقترب منه أو يبتعد عنه.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يحوّل اتباع الأدلة حل المشكلات إلى مغامرة ممتعة، ويشجّع طفلكم على مواصلة المحاولة والاستكشاف.

8-3

كنز من الكلمات

التحضير:

اختاروا كلمة باللغة الإنجليزية أو بأي لغة أخرى وتعرفوا إلى طريقة نطقها.

طريقة اللعب:

تعلّموا معاً كلمة جديدة، ورددوها بصوتٍ عالٍ، ثم حاولوا استخدامها في أحاديثكم خلال اليوم.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يفتح تعلّم كلمات جديدة الباب أمام أفكار جديدة وطرق جديدة للتواصل.

8-3

دقيقة من الضحك

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

شغلوا المؤقت لمدة دقيقة، واضحكوا معاً، وأصدروا أصواتًا مضحكة، واصنعوا تعابير طريفة حتى تنتهي الدقيقة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يُذكّر الضحك معاً طفلكم بأن الفرح يمكن أن نجده في أبسط اللحظات.



8-3

مساعد الطاهي الصغير

التحضير:

جهزوا الخضروات ووعاء ماء ومكونات الطهي.

طريقة اللعب:

امنحوا صغيركم مهمة غسل الخضروات، بينما تتولون تجهيزها وتقطيعها لإعداد الوجبة. اختاروا مهام تناسب عمره، واحرصوا دائماً على مراقبته عن كثب بالقرب من الأدوات الحادة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع استكشاف الألوان والروائح والملامس طفلكم على الشعور بثقة أكبر في تجربة الأطعمة الصحية.

8-3

خمس دقائق من الهدوء

التحضير:

اختاروا مكاناً هادئاً يتيح مساحة كافية للتمدد براحة.

طريقة اللعب:

دعوا أجسامكم تسترخي بتمديد الذراعين والساقين والظهر معاً لخمس دقائق هادئة من دون حديث. وشغلوا موسيقى هادئة إذا كانت تساعد أسرتكم على الاسترخاء.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد لحظات الهدوء طفلكم على التمهُّل والاسترخاء وزيادة وعيه بما يشعر به جسمه.

8-3

شكراً بريشتي

التحضير:

جهزوا أوراقاً وأدوات للتلوين.

طريقة اللعب:

ليرسم كل شخص صورة لمن يودّ أن يشكره، ثم يقدّمها إليه بابتسامة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع صنع شيء من أجل شخص آخر طفلكم على التعبير عن لطفه واهتمامه بالآخرين بطرق جميلة.

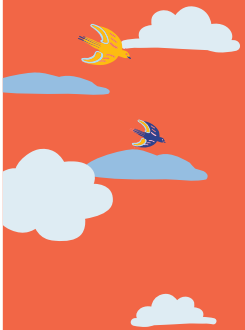


8-3

حكايات في الغيوم

التحضير:

اختاروا مكاناً آمناً في الخارج يمكنكم منه رؤية الغيوم.



طريقة اللعب:

استلقوا وارفعوا أعينكم إلى السماء، ثم دعوا الغيوم تتحول في خيالكم إلى أشكال وحيوانات وأشياء طريفة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تتحوّل كل غيمة إلى دعوة للتخيّل والتساؤل ورؤية شيء مختلف.



8-3

بطل قابلته اليوم

التحضير:

اطرحوا السؤال أثناء العشاء أو قبل النوم.

طريقة اللعب:

اسألوا طفلكم: من كان بطل يومك وساعدك؟ ثم تحدثوا عن الأثر الذي تركه هذا الشخص.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع تقدير لطف الآخرين طفلكم على ملاحظة الأشخاص الذين يصنعون فرقاً في حياته كل يوم.

8-3

حكاية لا تُنسى

التحضير:

استعيدوا لحظة مضحكة أو باقية في الذاكرة من طفولتكم.

طريقة اللعب:

اروووا الحكاية بكل تفاصيلها الممتعة، وشاركوا طفلكم كيف شعرتم وتصرفتم ولماذا بقيت هذه الذكرى معكم.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد قصص طفولتكم طفلكم على اكتشاف المزيد عن أسرته وتعزيز الرابط بينكم.



8-3

على أريكة الحكايات

التحضير:

اختاروا مكاناً مريحاً للجلوس معاً، وأحضروا كتاباً مفضلاً.

طريقة اللعب:

اضبطوا وقتكم على 10 دقائق، وافتحوا الكتب جنباً إلى جنب، سواء قرأتم من كتاب واحد أو اختار كل منكم كتابه الخاص.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد جعل القراءة جزءاً من الحياة اليومية على غرس حب الكتب مدى الحياة.

8-3

لفتة تصنع فرقاً

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

ترقّبوا فرصة صغيرة للتعبير عن اللطف؛ أمسكوا الباب مفتوحاً لشخص آخر بأدب، وابتسموا له أثناء ذلك.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تُظهر هذه اللفتات البسيطة لطفلكم أن تصرفًا صغيرًا قد يضفي البهجة على يوم شخص آخر.



8-3

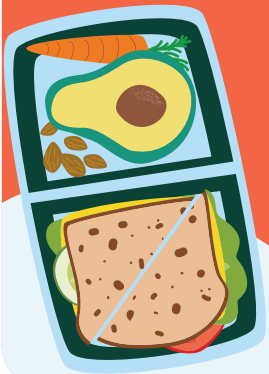
وقت خفيف وحديث لطيف

التحضير:

اختاروا وجبة خفيفة صحية تستمتعون بها معاً.

طريقة اللعب:

اجلسوا معاً، واستمتعوا بوجبتكم الخفيفة، ودعوا أحاديث اليوم تتدفق بين لقمة وأخرى.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تدور بعض أجمل الحوارات في أبسط اللحظات، ما يساعد طفلكم على الشعور بأنكم تنصتون إليه وأنه قريب منكم.

8-3

أنا القائد

التحضير:

اختاروا مكاناً آمناً يتيح مساحة كافية للحركة.

طريقة اللعب:

تناوبوا على قيادة لعبة «القائد يقول»، واكتشفوا من يستطيع اتباع التعليمات بدقة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يمنح تولي دور القائد طفلكم الثقة لاتخاذ القرارات ومشاركة أفكاره.

8-3

عيادة الألعاب

التحضير:

جهزوا حقائب طبية للعب أو أدوات منزلية لاستخدامها في التمثيل.

طريقة اللعب:

افتحوا عيادة الألعاب، وتناوبوا على أدوار الطبيب والطبيب البيطري والمريض، وقدموا أفضل رعاية للألعاب المحشوة والدمى.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تشجّع هذه اللعبة طفلكم على العناية بالآخرين، وتنمّي لديه التعاطف والخيال والقدرة على سرد القصص الإبداعية.

8-3

نزهة في البيت

التحضير:

افردوا بطانية أو بساطاً، وجهزوا وجبة خفيفة أو بسيطة على أرض غرفة الجلوس أو في الفناء الخلفي.

طريقة اللعب:

اجلسوا معاً على الأرض، وتبادلوا الأحاديث والضحكات، واستمتعوا بنزهة مختلفة من دون مغادرة البيت.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

قد تحوّل أبسط التغييرات اللحظات اليومية إلى ذكريات جميلة، وتُظهر لطفلكم أن كل يوم يحمل فرصة لصنع لحظة مميزة.

8-3

مخبأ الحكايات

التحضير:

مدوا بطانية فوق الكراسي
أو الأريكة لصنع مخبأ بسيط.

طريقة اللعب:

تسلّلوا إلى مخبئكم الجديد، واجلسوا
متقاربين، ثم اختاروا قصة مفضلة
واستمتعوا بقراءتها معاً.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

لأنها تحوّل وقت القصة إلى مغامرة
تجعل الكتب أكثر تشويقاً، وتشجّع
على حب القراءة مدى الحياة.



8-3

حكاية ننسجها معاً

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

ابدؤوا الحكاية بجملة واحدة، ثم تناوبوا على إضافة أفكار وأحداث جديدة حتى تبلغ مغامرتكم نهايتها.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تُمثِّل كل قصة يبتكرها طفلكم فرصة للتخيل واستكشاف أفكار جديدة وإطلاق العنان لإبداعه.

8-3

أجنحة من ورق

التحضير:

أحضروا بضع أوراق، واصنعوا معاً طائرات ورقية بسيطة عن طريق طيّها.

طريقة اللعب:

امنحوا كل طائرة ألوانها الخاصة، ثم أطلقوها واحدة تلو الأخرى، واكتشفوا أيها سيحلق أبعد.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تشجّع تجربة تصاميم مختلفة طفلكم على التجريب والتكيف واكتشاف أن كل محاولة تعلمه شيئاً جديداً.



8-3

تحت ضوء القمر

التحضير:

اخرجوا قرب المنزل أو انظروا من النافذة عندما يظهر القمر.

طريقة اللعب:

اقضوا بضع لحظات هادئة في تأمل القمر معاً، وتحدثوا عما يلفت انتباهكم فيه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تشجّع مراقبة القمر طفلكم على التمهُّل وطرح الأسئلة وتغذّي فضوله تجاه العالم من حوله.



8-3

نعد بلغتين

التحضير:

اختاروا لغتين للعد معاً، مثل العربية والإنجليزية، أو العربية ولغة أخرى تتحدث بها أسرتكم.

طريقة اللعب:

ابدؤوا العد ببطء من واحد إلى 10 بالعربية، ثم أعيدوه بلغة أخرى تتحدث بها أسرتكم. وإذا كانت العربية لغة المنزل، فأضيفوا لغة ثالثة، أو علّموا بعضكم بعضاً الأرقام بلغة أخرى تعرفونها.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد سماع لغات مختلفة والتحدُّث بها طفلكم على تعزيز ارتباطه بلغته وثقافته، والتعرّف إلى التنوع اللغوي والثقافي من حوله.

8-3

خيمة وسط المنزل

التحضير:

حوّلوا البطانيات والوسائد إلى خيمة مريحة، وأضيفوا مصباحاً يدوياً أو إضاءة خافتة إن توفرت.

طريقة اللعب:

اجتمعوا في مخيمكم المنزلي، واقرؤوا القصص أو استمتعوا بألعاب هادئة أو تبادلوا الحديث قبل النوم.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تصنع مغامرة وقت النوم ذكريات أسرية تدوم، وتُذكّر طفلكم بأن اللحظات المميزة يمكن أن نصنعها أينما كنا، حتى في المنزل.

8-3

نكهات في كوب

التحضير:

اختاروا بعض الفواكه، وجهزوا عصّارة أو أدوات آمنة للتحضير.

طريقة اللعب:

ليبتكر طفلكم مزيجه الخاص؛ ساعدوه على غسل الفواكه واختيار النكهات وخلط العصير. اختاروا مهام تناسب عمره، واحرصوا دائماً على مراقبته عن كثب عند استخدام العصّارة أو غيرها من أدوات التحضير.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع مزج أنواع مختلفة من الفواكه طفلكم على التجريب واستكشاف نكهات جديدة والاستمتاع بالخيارات الصحية.

8-3

أعلى برج يفوز

التحضير:

جهّزوا مكعبات البناء أو قطع الليغو.

طريقة اللعب:

ابدؤوا البناء طابقاً فوق طابق، واكتشفوا من يستطيع تشييد البرج الأعلى قبل أن يهتز ويسقط.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع كل تصميم جديد طفلكم على التفكير بإبداع واكتشاف طرق مختلفة لحل المشكلات.



8-3

اسمي على طريقتي

التحضير:

اختاروا مادة ممتعة، مثل المكعبات أو المعكرونة أو العيدان أو الحصى أو معجون اللعب.

طريقة اللعب:

اتركوا الأقلام جانباً هذه المرة، وشكلوا أسماءكم بالأغراض التي اخترتموها.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد رؤية اسمه بأشكال مختلفة طفلكم على التعرف إلى الحروف بصورة أفضل، والاستمتاع بالابتكار.

8-3

عجائب عالم الحيوان

التحضير:

اختاروا بعض الحيوانات التي يحبها طفلكم.

طريقة اللعب:

تحوّلوا إلى مستكشفين للحيوانات، وابحثوا معاً عن معلومات شيّقة حول الحيوانات التي اخترتموها، وتعرّفوا إلى ما يميّز كل واحد منها.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع اكتشاف معلومات جديدة طفلكم على الحفاظ على فضوله والاستمتاع بتعلُّم شيء جديد كل يوم.



8-3

خمس دقائق من الدفء

التحضير:

اختاروا مكاناً مريحاً يستطيع الجميع الاسترخاء فيه معاً.

طريقة اللعب:

اجعلوا الدقائق الخمس وقتًا خاصًا لكم؛ تبادلوا العناق والحديث، أو استمتعوا ببساطة بقربكم من بعضكم بعضًا كأسرة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد لحظات القرب الهادئة طفلكم على الشعور بالأمان والمحبة والترابط مع أسرته.

8-3

أنت ترسم وأنا ألون

التحضير:

جهزوا أوراقاً وأقلام تلوين خشبية أو شمعية أو ملونة.

طريقة اللعب:

ليبدأ أحدكم برسم صورة بسيطة، ثم يسلمها إلى الآخر ليضيف إليها ألوانه، فتكتمل بينكم لوحة مشتركة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع ابتكار شيء معاً طفلكم على التعاون، ويمنحه حرية التعبير عن إبداعه.



8-3

كلمة جميلة تدور بيننا

التحضير:

اجتمعوا معاً في حلقة.

طريقة اللعب:

تناوبوا على قول كلمات جميلة وصادقة لبعضكم بعضًا، حتى يقدّم كل شخص كلمة جميلة ويتلقى أخرى.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد تقديم الكلمات الصادقة والجميلة وتلقيها طفلكم على إدراك مواطن القوة في نفسه وفي الآخرين.



8-3

كم نجمة في السماء؟

التحضير:

اختاروا مكاناً آمناً في الخارج، أو
انظروا عبر النافذة في ليلة صافية.



طريقة اللعب:

ارفعوا أعينكم إلى السماء، وابدؤوا عدّ
النجوم معاً. كم نجمة ستصلون إليها
قبل أن يختلط عليكم العد؟

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يلهم تأمُّل السماء ليلاً فضول
طفلكم، ويذكّره بأن هناك
دائماً شيئاً جديداً لاكتشافه.



8-3

كان يا ما كان في عائلتنا

التحضير:

استعيدوا ذكرى مفضلة عن
والديكم أو أجدادكم.

طريقة اللعب:

افتحوا لطفلكم نافذة على الماضي،
واحكوا له قصة عن والديكم في
سنوات نشأتكم.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد حكايات الأسرة طفلكم
على التعرّف على جذوره
وتعزيز شعوره بالهوية.



8-3

ثلاثة أسئلة وحكاية

التحضير:

اختاروا كتاباً انتهيتم للتو من قراءته معاً.

طريقة اللعب:

بعد القراءة، اطرحوا على طفلكم ثلاثة أسئلة بسيطة: ما الجزء المفضل لديك؟ أو كيف كان شعور الشخصية في رأيك؟ أو ماذا تتوقع أن يحدث بعد ذلك؟ واتركوا لطفلكم حرية الإجابة بطريقته الخاصة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع الحديث عن القصص طفلكم على التفكير بعمق ومشاركة أفكاره والاستمتاع بحوارات هادفة.



8-3

ألوان الغروب

التحضير:

اختاروا مكاناً مريحاً لمشاهدة الغروب، سواء على الكورنيش أو الشاطئ أو في الصحراء أو الحديقة أو مكانكم الخارجي المفضل.



طريقة اللعب:

راقبوا معاً ألوان السماء وهي تتغيّر، وتبادلوا وصف الألوان التي ترونها.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تُذكِّر مشاهدة السماء وهي تتغير طفلكم بأن التمهَّل ومشاركة لحظة معاً قد لا يقلان أهمية عن أي نشاط آخر.

8-3

ماذا تفعل الطيور؟

التحضير:

زوروا مكاناً عاماً مناسباً، وعدّوا الطيور المختلفة التي تستطيعون رؤيتها، ولاحظوا ما تفعله هذه الطيور.



طريقة اللعب:

تتبّعوا الطيور وهي تأكل وتحلق وتتفاعل مع بعضها بعضاً، واكتشفوا ما يشغلها.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تشجّع مراقبة الطيور طفلكم على الملاحظة وطرح الأسئلة وتقدير روائع الطبيعة.

8-3

خمِّنوا ما أمثِّل

التحضير:

فكروا في بعض الحيوانات أو الأشياء أو المهن.

طريقة اللعب:

ليصعد كل منكم إلى مسرح التمثيل الصامت، بينما يحاول الباقون تخمين ما يؤديه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد تمثيل أفكار مختلفة طفلكم على التعبير عن نفسه والتفكير بإبداع والاستمتاع مع الآخرين.



8-3

وجوه طريفة

التحضير:

أحضروا كاميرا أو هاتفاً، واضبطوا المؤقت أو اطلبوا من أحدهم التقاط الصورة.

طريقة اللعب:

اجمعوا العائلة أمام الكاميرا، وابدؤوا مسابقة أطرف وجه قبل التقاط الصورة الجماعية.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

غالبًا ما تتحول أطرف اللحظات التي تقضيها الأسرة معاً إلى ذكريات لا تُنسى، وتمنح طفلكم الثقة ليكون على طبيعته.

8-3

المعلم الصغير

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

اقلبوا الأدوار ودعوا طفلكم يصبح **المعلم، ليُعلّمكم شيئاً تعلمه مؤخراً، مثل العد أو أغنية أو معلومة طريفة.**



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

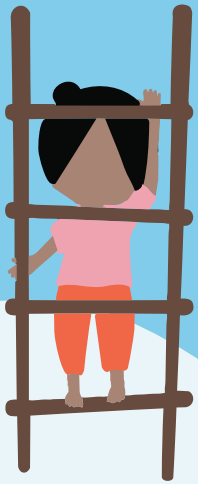
يمنح دور المعلم طفلكم فرصة **لمشاركة ما يعرفه والشعور بالفخر بما تعلمه.**

8-3

مسار المغامرين الصغار

التحضير:

استخدموا الوسائد والكراسي والشريط اللاصق الورقي أو غيرها من الأدوات المنزلية الآمنة لصنع مسار بسيط. اجعلوا المسار قريباً من الأرض وخالياً من الحواف الحادة والأسطح الزلقة.



طريقة اللعب:

تناوبوا على عبور المسار؛ ازحفوا واقفزوا وحافظوا على توازنكم، وتجاوزوا الحواجز حتى تصلوا إلى خط النهاية.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع تصميم المسار وإكماله طفلكم على التفكير بإبداع وعلى النشاط البدني والاحتفاء بكل إنجاز يحققه على طول الطريق.

8-3

رسالة شكر صغيرة

التحضير:

فكروا في شخص ساعد أسرتكم مؤخراً، مثل أحد الأجداد أو أحد المعلمين أو شخص يقدم لكم المساعدة أو أحد الجيران.

طريقة اللعب:

اختاروا معاً طريقة جميلة لقول شكراً، سواء وجهاً لوجه أو عبر الهاتف أو برسالة صوتية أو برسمة من طفلكم.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد التعبير عن الشكر طفلكم على تقدير ما يقدّمه الآخرون، والامتنان للأشخاص الذين يصنعون فرقاً في حياته.

8-3

15 دقيقة للأسرة

التحضير:

امنحوا الأجهزة استراحة قصيرة، وأبعدوها عنكم.

طريقة اللعب:

خصِّصوا 15 دقيقة لكم وحدكم، وتبادلوا الحديث عن يومكم وما تتطلعون إليه.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

عندما يدرك طفلكم أنكم تصغون إلى أفكاره، يشعر بالتقدير والفهم والقرب منكم.

8-3

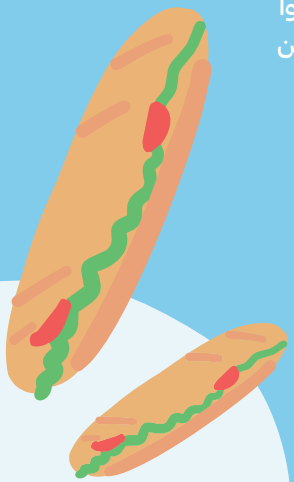
الشيف الصغير

التحضير:

اختاروا وصفة بسيطة تتضمن الخلط أو التحريك.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يساعدكم في تحريك المكونات، وتحدثوا معه عن دور كل منها. احرصوا دائماً على مراقبته عن كثب وإبعاده عن الأسطح الساخنة والأدوات الحادة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تشجّع مشاهدة المكونات وهي تتحول إلى طبق طفلكم على تجربة أشياء جديدة واكتشاف متعة التعلم بالممارسة.

8-3

رحلة في عالم الأصوات

التحضير:

اخرجوا إلى الحديقة أو الشرفة أو حديقة عامة قريبة أو أي مكان خارجي هادئ.

طريقة اللعب:

أغمضوا أعينكم وأنصتوا جيداً. كم صوتاً مختلفاً تستطيعون سماعه؟

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع التوقف للاستماع إلى الأصوات من حولكم طفلكم على التركيز في اللحظة، والانتباه إلى التفاصيل، واستكشاف محيطه بفضول.



8-3

من يمسك الكرة؟

التحضير:

أحضروا كرة طرية أو غرضاً آمناً يمكن رميه.

طريقة اللعب:

ابدؤوا من مسافة قريبة، وتبادلوا رمي الكرة والتقاطها، ثم ابتعدوا عن بعضكم تدريجيًا كلما أصبحتم أكثر إتقانًا.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد كل مرة يرمي فيها طفلكم الكرة ويلتقطها على تنمية ثقته بنفسه وتناسق حركاته، ويشجّعه على مواصلة المحاولة.

8-3

أحب فيك...

التحضير:

اختاروا لحظة هادئة يمكنكم فيها منح طفلكم كامل انتباهكم.

طريقة اللعب:

انظروا إلى طفلكم وأخبروه بصفة محددة تحبونها فيه، مثل اجتهاده أو حسه الفكاهي.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد سماع ما يميزه طفلكم على الشعور بالتقدير وتعزيز ثقته بنفسه.



8-3

ألوان الوطن من حولنا

التحضير:

اجمعوا أوراق الأشجار أو الزهور المتساقطة أو غيرها من المواد الطبيعية، من دون الإضرار بالنباتات أو الحياة الفطرية.

طريقة اللعب:

ساعدوا طفلكم على ترتيب ما جمعتموه من الطبيعة لتشكيل علم وطنكم.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد الاحتفاء برموز الوطن وتقاليد الأسرة طفلكم على الاعتزاز بهويته، وتقدير التنوع من حوله.



8-3

من يعرف الطعم؟

التحضير:

جهزوا من 5 إلى 8 أطعمة مألوفة، مثل الزبادي أو الموز أو الليمون أو العسل.

طريقة اللعب:

ليُغمِّض طفلكم عينيه ويبدأ اختبار التذوق! قدموا له مقداراً صغيراً من طعام واحد كل مرة، واسألوه إن كان يستطيع معرفته. ثم بدلوا الأدوار ودعوه يختبركم أيضاً.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع استكشاف الأطعمة المألوفة بطريقة جديدة طفلكم على الفضول واكتشاف الملامس والنكهات المختلفة.



8-3

أيام لا ننساها

التحضير:

فكِّروا في عطلة أو رحلة أو مناسبة استمتعت بها أسرتكم.

طريقة اللعب:

استعيدوا ذكراكم المفضلة، ثم دعوا طفلكم يستعيد معكم لحظاته الأسرية المفضلة ويتحدث عنها.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد مشاركة الذكريات الأسرية طفلكم على الشعور بالارتباط بالتجارب التي تميز أسرتكم.



8-3

حروف في الطريق

التحضير:

اختاروا حرفاً قبل الخروج في نزهة أو الانطلاق بالسيارة.

طريقة اللعب:

افتحوا أعينكم جيداً، وتناوبوا على رصد أشياء تبدأ بالحرف المختار. يفوز أول من يجد خمسة أشياء، ويحصل على فرصة اختيار الحرف التالي.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع تحويل الرحلات اليومية إلى لعبة طفلكم على ملاحظة الحروف والكلمات والانتباه إلى العالم من حوله.



8-3

كم كبرتم؟



التحضير:

اختاروا مكاناً آمناً على جدار أو إطار باب لتسجيل طول طفلكم.

طريقة اللعب:

قيسوا طول طفلكم، وسجِّلوا هذه اللحظة بعلامة على الجدار، ثم اكتبوا التاريخ بجانبها لتعودوا إليها لاحقاً.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد متابعة النمو مع مرور الوقت طفلكم على إدراك أن التغيير أمر يستحق الاحتفاء.

8-3

تاج من صنعنا

التحضير:

جهزوا أوراقاً ومقصاً آمناً للأطفال وشريطاً لاصقاً وملصقات وأدوات للتلوين.

طريقة اللعب:

صمموا تاجكم وزينوه معاً، ثم توّجوا صاحبه واحتفلوا بإبداعكم. وعند استخدام المقص، احرصوا دائماً على الإشراف على الأطفال الأصغر سناً ومساعدتهم عند الحاجة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع تصميم شيء يخص طفلكم وحده على الاحتفاء باهتماماته والتعبير عن شخصيته.

8-3

هدوء قبل النوم

التحضير:

اختاروا مكاناً مريحاً للجلوس أو الاستلقاء، واخفضوا الإضاءة إن أمكن.

طريقة اللعب:

اقضوا بضع دقائق في هدوء، وأنصتوا إلى الأصوات من حولكم، وتنفسوا ببطء معاً. حتى خمس دقائق قد تساعدكم على الاستعداد لنوم هانئ.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد اتباع عادات هادئة قبل النوم طفلكم على الاسترخاء والاستعداد لنوم مريح.

8-3

جولة المستكشف الصغير

التحضير:

ارتدوا أحذية مريحة، واخرجوا في جولة آمنة حول الحي.

طريقة اللعب:

انطلقوا في جولة استكشاف حول الحي، وابحثوا عن قطة أو أي مشهد طريف يلفت انتباهكم في الطريق. ابقوا بالقرب من بعضكم بعضاً، واستخدموا نقاط العبور الآمنة عند قطع الطريق.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تدعو النزهة في الخارج طفلكم إلى التمهُّل وملاحظة أشياء جديدة والاستمتاع باستكشاف العالم من حوله.

8-3

ارقصوا حتى تنتهي الأغنية

التحضير:

اختاروا أغنية يستمتع بها الجميع.

طريقة اللعب:

دعوا الموسيقى تحرككم، وارقصوا كما يحلو لكم حتى النغمة الأخيرة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يبيّن الرقص من دون القلق بشأن الأداء الصحيح لطفلكم أن الفرح يأتي من المشاركة، لا من السعي إلى الكمال.



8-3

فريق المائدة

التحضير:

اجمعوا كل ما تحتاجون إليه لإعداد المائدة.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يساعدكم في إعداد المائدة، ودعوه يضع الأطباق والأكواب وأدوات المائدة في أماكنها.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد تحمل مسؤوليات صغيرة طفلكم على الشعور بالقدرة والثقة والفخر بمساهمته في حياة الأسرة.



8-3

ثلاثة أشياء نحبها فيكم

التحضير:

اجتمعوا قبل النوم أو خلال لحظة هادئة.

طريقة اللعب:

ليُهدِ كلٌّ منكم الآخر ثلاث كلمات محبة، ويذكر ثلاثة أشياء جميلة يحبها فيه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد سماع ما يميزه طفلكم على الشعور بالمحبة والتقدير والقبول كما هو.



8-3

أشياء قديمة... أفكار جديدة!

التحضير:

اجمعوا المواد النظيفة القابلة لإعادة التدوير، وجهّزوا شريطاً لاصقاً.

طريقة اللعب:

أطلقوا العنان لخيالكم، وابتكروا معاً ما يتخيله طفلكم، مثل روبوت أو قلعة أو صاروخ أو أي فكرة أخرى.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يمكن لصندوق كرتوني أو عبوة فارغة أن يتحول إلى أي شيء تقريباً، ليكتشف طفلكم أن الخيال بلا حدود.



8-3

حكاية من طفولتي

التحضير:

استعيدوا ذكرى مفضلة من طفولتكم.

طريقة اللعب:

شاركوا طفلكم قصة مفضلة من طفولتكم، أو ذكرى عن نشأتكم في دولة الإمارات أو بلدكم الأم، ثم دعوه يتخيل ما كان سيفعله لو كان في الموقف نفسه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تساعد حكايات الأسرة طفلكم على التعرف على جذوره وتعزز شعوره باهوية والانتماء.



8-3

مصافحة على طريقتنا!

التحضير:

لا تحتاجون إلى أي أدوات.

طريقة اللعب:

ابتكروا تحية خاصة لا يعرفها سواكم، تجمع بين ملامسة القبضات وحركات مضحكة، ثم تدربوا عليها معاً حتى تتقنوها.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يمنح هذا التقليد العائلي الخاص، مهما كان بسيطاً، طفلكم شعوراً بالانتماء يرافقه.



8-3

الكاميرا تسألنا!

التحضير:

استخدموا كاميرا الهاتف أو الجهاز اللوحي.

طريقة اللعب:

شغلوا الكاميرا وسجلوا مقطعاً قصيراً يجيب فيه الجميع عن السؤال نفسه، مثل: ما الذي أسعدك اليوم؟ أو ما أكثر شيء تحبون فعله معاً؟



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد توثيق اللحظات اليومية طفلكم على إدراك أن أبسط اللحظات قد تصبح من أجمل الذكريات التي تدوم معه.

8-3

من يرمش أولاً؟

التحضير:

اجلسوا في مواجهة بعضكم بعضاً.

طريقة اللعب:

انظروا في عيون بعضكم بعضاً من دون أن ترمشوا. ويمكنكم النظر إلى الوجه أو الأنف إن كان ذلك أكثر راحة. ومن يرمش أو يضحك أولاً يخسر الجولة.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تُظهر لحظات التواصل والضحك والاستمتاع معاً لطفلكم أن الفرح قد يكمن في أبسط اللحظات.

8-3

البحث عن الأشكال

التحضير:

لا يحتاج النشاط إلى أي تحضير.

طريقة اللعب:

ابدؤوا رحلة البحث عن الأشكال، وابحثوا معاً عن خمسة أغراض دائرية، واذكروا اسم كل غرض عند العثور عليه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجع اكتشاف الأشكال في الأغراض اليومية طفلكم على ملاحظة الأنماط والنظر إلى العالم من حوله بطرق جديدة.



8-3

سلام وحكاية

التحضير:

اختاروا أحد الأجداد أو عمة أو خالة أو عماً أو خالاً أو شخصاً عزيزاً على أسرتكم.

طريقة اللعب:

تواصلوا معه، وابدؤوا بتحية دافئة، واسألوا عن حاله، ثم دعوا طفلكم يشاركه شيئاً جميلاً من يومه.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد التواصل المنتظم مع الأحبة طفلكم على بناء علاقات وروابط أسرية قوية.



8-3

شعار يحكي قصتنا

التحضير:

جهزوا أوراقاً وأقلام تلوين شمعية أو خشبية أو مواد للأشغال اليدوية.

طريقة اللعب:

صمّموا معاً شعارًا يعبّر عن أسرتكم، باستخدام رموز أو ألوان أو رسومات تمثل قيمكم وتقاليدكم وأنشطتكم المفضلة وما يميزكم، ثم تحدثوا عن سبب اختيار كل رمز.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع تصميم شعار للأسرة طفلكم على الاحتفاء بما يميز أسرته، ويعزّز شعوره بالهوية والانتماء.

8-3

مغامرة مع كلمة

التحضير:

اختاروا كلمة لم تستخدموها من قبل، أو كلمة سمعها طفلكم مؤخراً.



طريقة اللعب:

ردِّدوا الكلمة معاً، واكتشفوا معناها، ثم شجعوا طفلكم على منحها مكاناً في جملة قبل النوم.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يوسّع اكتشاف كلمات جديدة حصيلة طفلكم اللغوية، ويمنحه طرقاً جديدة للتعبير عن نفسه.

8-3

كل خطوة تستحق الاحتفال

التحضير:

فكروا في أمر حاول طفلكم القيام به أو تعلمه أو حققه اليوم.

طريقة اللعب:

احتفلوا بالمحاولة، وأخبروا طفلكم بما جعلكم فخورين به، مثل لطفه أو اجتهاده أو شجاعته.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يبين الاحتفاء بالجهد لطفلكم أن المحاولة والتعلم والنمو لا تقل أهمية عن النتيجة.



8-3

هيا نقفز

التحضير:

اختاروا مكاناً آمناً وواسعًا بما يكفي للقفز بحرية.

طريقة اللعب:

ابدؤوا العد بصوتٍ عالٍ واقفزوا معاً 20 مرة. وللمزيد من المرح، جربوا القفز على قدم واحدة أو مثل الضفدع.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تمثِّل كل قفزة فرصة لطفلكم للحركة وتفريغ طاقته والاستمتاع بالنشاط بثقة.

8-3

فواكه ملونة

التحضير:

جهزوا مجموعة من الفواكه الملونة ووعاء وأدوات آمنة للأطفال.

طريقة اللعب:

اجمعوا الفواكه في طبق، ودعوا طفلكم يساعد على غسلها وتقشيرها وخلطها، ثم استمتعوا بتناولها معاً.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع استكشاف الألوان والملامس والنكهات المختلفة طفلكم على الفضول وتبني عادات إيجابية تجاه الغذاء الصحي.



8-3

قلوب تعرف الامتنان

التحضير:

اختاروا لحظة هادئة معاً، مثل وقت العشاء أو ما قبل النوم.

طريقة اللعب:

ليشارك كل منكم شيئاً يشعر بالامتنان له، من نعمة الصحة إلى متعة تناول المثلجات على العشاء.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يشجّع التوقف لملاحظة الأشياء الجميلة في الحياة طفلكم على تنمية الشعور بالامتنان وتقدير اللحظات اليومية.

8-3

مرطبان الذكريات

التحضير:

أحضروا مرطباناً أو وعاءً مغلقاً، وضعوا بجانبه أوراق ملاحظات لاصقة.

طريقة اللعب:

اكتبوا اللحظات العائلية السعيدة أو المضحكة على قصاصات صغيرة، وأودعوها المرطبان. واستمروا في إضافة ذكريات جديدة على مدار العام.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يُظهر استرجاع الذكريات السعيدة لطفلكم أن الأيام العادية أيضًا قد تحمل لحظات جميلة تستحق أن نتذكرها.

8-3

رحلة أسرية صغيرة

التحضير:

اختاروا مَعلماً أو موقعًا مميزًا أو وجهة محلية تستمتع أسرتكم بزيارتها.

طريقة اللعب:

انطلقوا لاكتشاف مكان تحبه أسرتكم، سواء كان معلماً محلياً أو شاطئاً أو غابات القرم أو متحفاً أو موقعاً تراثياً أو حديقة في الحي.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يساعد استكشاف الأماكن المحيطة طفلكم على تعزيز شعوره بالانتماء واكتشاف المزيد عن المجتمع الذي ينتمي إليه.



8-3

حكاية من خيالي

التحضير:

اختاروا مكاناً مريحاً يساعد طفلكم على التركيز.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم ينسج لكم حكاية من خياله عن أي موضوع يختاره، وأنصتوا إليه باهتمام وهو يأخذكم إلى عالمه.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يمنح ابتكار القصص طفلكم الثقة لمشاركة أفكاره، ويطلق العنان لخياله.

8-3

حيواني المفضل بالألوان

التحضير:

جهزوا ورقاً وأدوات للتلوين.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يرسم حيوانه المفضل كما يتخيله، ثم تحدثوا معاً عن موطنه وغذائه وما يجعله مميزاً.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تمثِّل كل رسمة فرصة لطفلكم للتعبير عن إبداعه ورؤية العالم من خلال خياله.

8-3

ماذا تحب أن نفعل؟

التحضير:

حددوا بعض الضوابط البسيطة، ثم اتركوا الاختيار لطفلكم.

طريقة اللعب:

دعوا طفلكم يختار النشاط الذي تودون القيام به معاً، سواء القراءة أو الرسم أو الاستكشاف في الخارج.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يبيِّن اتِّباع اختيار طفلكم أن اهتماماته وأفكاره وقراراته مهمة.

8-3

رفيق الصفحات

التحضير:

جهِّزوا ورقاً مقوى وأدوات للتلوين وملصقات إن توفرت.

طريقة اللعب:

صمِّموا فاصلين للكتب، وأطلقوا العنان لألوانكم في تزيينهما، ثم امنحوهما مكاناً بين صفحات كتبكم المفضلة.

كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

يجعل ابتكار شيء سيستخدمه طفلكم مرة بعد أخرى القراءة أكثر خصوصية ومتعة.



8-3

موعدنا في أسبوع الطفولة المبكرة

التحضير:

يقام أسبوع الطفولة المبكرة في نوفمبر. خططوا لزيارتكم مسبقاً.

طريقة اللعب:

اختاروا من جدول الفعاليات الأنشطة الأقرب إلى اهتمامات أسرتكم، واستمتعوا معاً بتجارب صُمّمت خصيصاً للأسر في مختلف أنحاء دولة الإمارات.



كيف تدعم هذه اللحظة نمو طفلكم:

تقوّي كل تجربة مشتركة الرابط بينكم، ويمنحكم أسبوع الطفولة المبكرة مساحة لاكتشاف المزيد واللعب وصنع مزيد من اللحظات الهادفة معاً.