



هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة
Abu Dhabi Early Childhood Authority

كتيب النشاط المنزلي

لوالدين



نبذة عن هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة

كيف تجعل حياتك و حياة أطفالك أكثر ثراءً بالفائدة والحيوية خاصة خلال عطلة الصيف؟
إنك تفعل ذلك بشكل رائع! شكراً لكل أم وأب.
عند التعامل مع أطفالك، من المهم الاستفادة من الأخطاء والتحديات باعتبارها فرصاً للتعلم والنمو معاً.
إن هذا الاهتمام بالطفل كفيل بإحداث فرق كبير في تعزيز ترابط وتكاتف الأسرة بأكملها.
نشكر جميع الأهالي على جهودهم المتواصلة في رعاية صغارهم ودعم تطوره .

عملنا على تطوير هذا الكتيب وتدعيمه بالأفكار والأنشطة التي يمكن ممارستها في المنزل ليشكل مورداً لكل من الأهالي والصغار خلال فترة الاجازة. نأمل أن يقدم لكم هذا الكتيب تجربة ممتعة!

هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة هي جهة حكومية تأسست في عام 2019. هدفها تعزيز التعاون لمساعدة أطفال أبوظبي على الازدهار، ونعمل على تحقيق هذه الغاية عبر أربعة قطاعات: الصحة والتغذية، وحماية الطفل، والدعم الأسري، والتعليم والرعاية المبكرين؛ وذلك خلال الفترة من بداية الحمل وحتى سن الثامنة. كما نعمل على تعزيز قدرات شركائنا لدعم التنمية الشاملة للطفل، ونعمل على اقتراح التشريعات والسياسات والأنظمة المتعلقة بالطفولة المبكرة ورفعها للاعتماد وفق التشريعات السارية، وإبرام الاتفاقيات مع الجهات والشركات التي تعنى بالطفولة المبكرة داخل الإمارة وخارجها، وإعداد البحوث والدراسات المتخصصة في مجال الطفولة المبكرة والاطلاع على أفضل الممارسات المحلية والإقليمية والعالمية واقتراح أفضل الحلول والتوصيات، والعمل على تحويل طريقة تفكير المجتمع في شؤون الأطفال الصغار وتلبية احتياجاتهم.

التعلم الإلكتروني تجربة جديدة من نوعها بالنسبة إلى أطفالنا، فكيف يمكنني مساعدتهم على التكيف معها؟

1

إذا أمكن، وقّروا لأطفالكم مساحة هادئة للدراسة خالية من أي عوامل قد تشتت انتباههم ومزودة بالتقنيات المناسبة وباتصال قوي بشبكة الإنترنت.



ضعوا برنامجاً ثابتاً تماماً كأنه يوم مدرسي عادي.

(مثلاً: اطلبوا من أطفالكم أن يغيروا لباس النوم ويرتدوا ملابس عادية أو الزي المدرسي).

اعرفوا ما هي أكثر العوامل المحقّزة لأطفالكم وأحرصوا على مكافأتهم عندما يحافظون على تركيزهم.

(مثلاً: إذا أنهيت دروسك، يمكنك الاتصال بصديقك المفضل خلال الاستراحة!)

احرصوا على أن يحصل أطفالكم على فترات كافية من الاستراحة، وخصصوا أوقاتاً محددة للدراسة واللعب.

(يمكنكم زيارة موقع www.afinidata.com لتأخذوا فكرة عن بعض الأنشطة التي يمكن لأطفالكم القيام بها).

يحتاج أطفالنا إلى دعم إضافي في التعلم الإلكتروني، كيف يمكنني أن أوفر لهم هذا الدعم؟

2

يمكنكم إنشاء مجموعات دراسة عبر الإنترنت مثلاً: على "مايكروسوفت تيمز" (Microsoft Teams) أو "سلاك" (Slack) أو النفاذ إلى محتوى تعليمي تكميلي لدعم عملية التعلم (مثلاً: استخدام تطبيق "لمسة" (Lamsa) أو "كينيدو" (Kinedu) أو "توينكل" (Twinkl)).

اطلبوا المساعدة من أحد أفراد عائلتكم المقربين.

اطلبوا المشورة من معلّمي أطفالكم (واستغلوا الفرصة لشكرهم على كل الجهود التي يقومون بها).

تحدثوا مع أهال آخرين لتتشاركوا النصائح والمعلومات عن كيفية إدارة عملية التعلم المنزلي بمزيد من الفعالية.

خططوا لليوم بما يناسب الجدول اليومي للأطفال، وحددوا ساعة في المساء للتخصيص للبرنامج التعليمي لليوم التالي.

إذا كنتم تعملون من المنزل، يمكنكم أن تناقشوا مع ربّ العمل صعوبات ومتطلبات العمل من المنزل أثناء مساعدة أطفالكم على التعلم.

بعد هذه التجربة الجديدة من التعليم المنزلي، هل ترون أنه بالإمكان إضافة تحسينات تدعم عملية التعليم وتسهلها لكم ولأطفالكم؟

هذا أمر طبيعي ومعظم الأهالي ينتابهم هذا الشعور. لذلك، سنقدم إليكم أجوبة على 4 أسئلة قد تطرحونها على أنفسكم من أجل مساعدتكم...



يشعر أطفالى فى فترة الإجازة بالعزلة عن أصدقائهم وزملائهم فى الصف ، فكيف يمكنى أن أعزز رفاهيتهم؟

شجّعوا أطفالكم على كتابة رسائل للأصدقاء والجيران للبقاء على تواصل معهم ومشاركتهم أفكار إيجابية تساعد الجميع فى المحافظة على الروابط الاجتماعية.



حدّدوا لأطفالكم مواعيد للعب الافتراضى مع أصدقائهم (تشمل الأدوات التى نوصى بالأهل باستخدامها لذلك الغرض مثل: تطبيق "بوتيم" Botim).

لدىّ عدة أطفال، واحتياجاتهم متنوعة، فكيف يمكنى أن أدير ذلك؟

4

إعداد جدول ينظّم تشارك الأجهزة الإلكترونية بين مختلف الأطفال، والتواصل مع المدرسة لتحديد ما إذا كان يمكن تسجيل الصفوف من أجل مشاهدتها فى وقت لاحق.



احرصوا على أن يكون لأطفالكم مساحات مختلفة فى المنزل إن أمكن.

شاركوا المسؤولية مع أحد أفراد عائلتكم المقربين.

خصصوا لكل طفل ساعات محددة للمساعدة. وما إن يُنهي الأطفال الأكبر سنًا واجباتهم المنزلية، اطلبوا منهم مساعدة الأصغر سنًا. إذا تطلب الأمر، اطلبوا المساعدة من باقى أفراد العائلة.

بجب أن نتحلّى جميعاً بالصبر مع أنفسنا ومع أطفالنا

التكيّف مع الطرق الجديدة للتعلّم يتطلّب وقتاً، لذلك من المهم جداً ضمان رفاهية الأطفال وإعداد بيئة تمكّنهم من التعلّم!

للحصول على المزيد من النصائح، يُرجى مراجعة الموقع الإلكتروني لوزارة التربية والتعليم ودليل التعلّم عن بُعد الصادر عن دائرة التعليم والمعرفة!

هل يُفترض بكم إخبار أطفالكم عن فيروس كورونا، وما الذى ينبغى أن تخبروهم عنه؟ وما الذى يمكنكم فعله لحمايةهم والمحافظة على صحتهم؟

3

اسألوا أطفالكم ما الذى سمعوه عن الفيروس وما شعورهم حياله.



1

أولاً، خذوا نفساً عميقاً، لا تشلون هم.



4

طمئّنوهم بأنهم بأمان واشرحوا لهم.



2

تابعوا الأخبار من المصادر الرسمية بعيداً عن الأطفال



5

علّموهم مبادئ النظافة وعزّزوا لديهم الثقة فى النفس.



روتين لأطفالكم في المنزل

في ما يلي بعض النصائح بشأن كيفية إعداد



التعلم مع مرور الوقت ومراجعة الروتين

الاستماع بتمعن لاحتياجات أطفالكم وتشجيعهم على التعبير عن مشاعرهم من خلال الأنشطة (مثلاً: الفنون، والحركات، والحوار).

مراجعة الروتين أسبوعياً لإجراء التعديلات اللازمة نظراً إلى أنّ أي خطة تُنقذ تدريجياً وتتضمن الكثير من النقاش والتوافق والتكرار.



التخطيط والمشاركة

إعداد روتين مثالي لأطفالكم وإشراكهم في أنشطة مهمة (مثلاً: الوقت مع الوالدين، وقت اللعب، والوقت المخصص للأصدقاء).

مناقشة الوقت المخصص للأنشطة الضرورية التي يمكن الاستمتاع بها مع العائلة، مثل أنشطة التدريس والمهام المنزلية والتمارين الرياضية.



المحافظة على الانتظام مع إتاحة المرونة

المحافظة على وتيرة منتظمة للمتطلبات الأساسية كالنوم وأوقات تناول الطعام، مع توفير المرونة عبر السماح لهم بالقيام بأنشطة مختلفة في أوقات محددة، خصوصاً في الإجازات.

تعديل روتين أطفالكم بحسب مسار نموهم الشخصي وما تفضّلونه كأسرة.

يجب المثابرة على اتباع الروتين وتأدية دور القدوة لأن الأمر يتطلب بعض الوقت لكي يعتاد طفلكم على ذلك

هل تبحثون عن طرق لإبقاء أطفالكم مشغولين و محفّزين و سعداء في المنزل؟

يساعد إعداد واتباع روتين مشترك وثابت خلال فترة النهار في زيادة الشعور بالأمان لديكم ولدى أطفالكم. إليكم بعض النصائح حول كيفية إعداد روتين مع أطفالكم!

أبرز الرسائل والمتطلبات

قد يكون من الصعب تقييد الأطفال في هذا السنّ بجدول ثابت، ومن المهم جداً الاستجابة لاحتياجاتهم.

الأطفال بعمر الـ 0-12 شهراً

2

وقت اللعب

(تفاعلوا مع أطفالكم وحاولوا قضاء بعض الوقت في الخارج إن توفرت لديكم المساحة).

1

وقت الأكل

(استمعوا إلى الأصوات التي تصدرها طفلكم لمعرفة متى يشعر بالجوع).

3

وقت الحركة

(تأكدوا من أن أطفالكم ينشطون جسدياً خلال النهار عبر اللعب على الأرض ووضعهم على بطنهم للعب أثناء استيقاظهم، مع الإشراف عليهم).

5

وقت الاستحمام

(بعد ساعة على الأقل من تناول العشاء).

4

وقت النوم

(على الأطفال في هذه السنّ الحصول على 12 إلى 18 ساعة من النوم العميق بما فيهم فترة القيلولة).

قضاء أوقات مختلفة من اليوم

في ما يلي بعض
النصائح بشأن
كيفية

وقت للحب والعائلة

كرسوا وقتاً للاهتمام بأطفالكم ولإظهار حبكم لهم ولرعايتهم. أظهروا الحب والعاطفة لهم من خلال معانقتهم وتقبيلهم والإمساك بأيديهم، و مخاطبتهم. تؤثر العاطفة التي يظهرها الوالدين على سعادة الطفل وثقته بذاته وتحسن من أدائه في المدرسة وتعزز التواصل بينه وبين والديه.

وقت اللعب

شجّعوا أطفالكم على الانخراط في أنشطة اللعب المختلفة: اللعب الحر (مثل الرسم)، والغناء / الرقص، وألعاب البناء (مثل الأحجيات)، والألعاب البدنية (مثل ألعاب البحث عن الكنز).

اسمحوا لأطفالكم بأخذ استراحات قصيرة خلال اليوم ليتحرك أو يقفز أو يركض وغير ذلك.

وقت الطعام

يجب التأكد من حصول أطفالكم على 3 وجبات رئيسية ووجبتين خفيفتين خلال اليوم لدى بلوغهم ثمانية أشهر فما فوق.

عندما يكبر أحد أطفالكم، اطلبوا منه مساعدتكم في إعداد وجبات صحية والاستفادة من الوقت الذي تمضونه في المطبخ للغناء والتحدث معاً. من الأفضل أن تتناولوا جميع الوجبات معاً كأسرة، بما أنه الوقت الأمثل للتحدث وتشارك الأفكار والتخطيط ومناقشة ما حصل خلال اليوم وما سيحصل في ما تبقى من اليوم.

بعد أن ينام أطفالكم، قوموا بمكافأة أنفسكم. أنتم تقومون بعمل رائع وطفلكم يعرف ذلك!

مثال على الروتين

يكون الأطفال في هذا العمر نشيطين جداً، لذلك من المهم إضافة الاستراحات القصيرة خلال اليوم للعب وممارسة الأنشطة البدنية.

الأطفال بعمر الـ 4-8 سنوات



مثال على الروتين

لا يجب تقييد حركة الطفل في هذا العمر لأكثر من ساعة متواصلة (مثلاً: عربات الأطفال، الكراسي المرتفعة).

الأطفال بعمر الـ 1-3 سنوات



الأطفال بعمر 7-8 سنوات

مثال على الروتين

على الأطفال في هذا العمر ممارسة نشاط بدني (كثافة متوسطة أو قوية) لما لا يقل عن ساعة يومياً.

نصائح للتواصل والتفاعل مع أطفالكم الصغار أثناء وجودهم في المنزل



5 نصائح رئيسية لملاء أوقات الفراغ لدى أطفالكم

خلال وجودهم في المنزل

#1 التقيد بروتين منزلي



ضعوا برنامجاً لأطفالكم
خلال الأسبوع وحددوا فيه مواعيد الطعام والاستحمام والنوم واللعب وممارسة الرياضة وغيرها من الأنشطة

#2 شجّعوا أطفالكم على ممارسة ما يكفي من الأنشطة البدنية



حفّزوا أطفالكم على الحركة وممارسة ما يكفي من الأنشطة البدنية المناسبة لأعمارهم، كممارسة الرياضة واللعب والمشي

#3 تخصيص وقت عائلي للعب



استفيدوا قدر الإمكان من بقائكم في المنزل **للعب مع أطفالكم** من خلال تركيب الصور أو لعب الألعاب اللوحية أو ممارسة أي نشاط تستمتعون به معاً كعائلة

#4 قراءة الكتب باستمرار



شجّعوا أطفالكم على القراءة، وإذا كانوا لا يجيدون القراءة، اقرأوا لهم كتاباً أو كتابين على الأقل يومياً

#5 علّموا أطفالكم الاعتناء بالمنزل



شجّعوا أطفالكم على المشاركة في الأعمال المنزلية المناسبة لأعمارهم، كترتيب سريرهم وغرفتهم وخبز الحلويات وريّ النباتات وإعداد المائدة

معلومات مفصلة عن النصيحة الأولى:

التقيد بروتين منزلي

توزيع الأنشطة النهارية وفقاً لروتين محدد يُشعر الأطفال بالأمان ويسمح لهم بمعرفة ما ينتظرهم

يمكن البدء باتباع روتين منذ الولادة، لكن تستطيعون أن تعدّوا أطفالكم على التقيد بروتين محدد في أي سنّ كان!

من المهم أن تحاولوا الالتزام بالروتين قدر الإمكان، لكن يمكنكم أن تكونوا أكثر مرونة في بعض المناسبات العائلية و العطلات

إنها عملية سهلة! يكفي أن تحددوا مواعيد يومية للطعام واللعب والنوم والقبولة والاستحمام

مثال على الروتين لطفل في الرابعة من العمر



احرصوا على أن يغسل أطفالكم أيديهم بانتظام خلال النهار

(أن يرددوا شيئاً ممتعاً كأغنية "عيد ميلاد سعيد" مرّتين أو أغنية الأبجدية للوصول إلى 20 ثانية)

معلومات مفصلة عن النصيحة الثانية: شجّعوا أطفالكم على ممارسة ما يكفي من الأنشطة البدنية



السعي إلى توزيع الأنشطة على فترات مختلفة من النهار

الحدّ من وقت الجلوس أو الاستلقاء وتقليص فترات الحمول الطويلة

سنة إلى سنتين



ممارسة ١٨٠ دقيقة على الأقل من النشاط البدني أيًا كانت قوته، بما في ذلك الأنشطة التي تتطلب طاقة معتدلة إلى كبيرة (مثلًا، الوقوف والتنقل والوثب والقفز والركض)

أقل من سنة



ممارسة ٣٠ دقيقة على الأقل من النشاط البدني (مثلًا، أنشطة على الأرض كالاستلقاء على البطن ومدّ اليدين والشدّ والسحب والزحف)

5 إلى 8 سنوات



ممارسة ١٨٠ دقيقة على الأقل من النشاط البدني أيًا كانت شدته، من بينها 60 دقيقة على الأقل من النشاط الذي يتطلب طاقة معتدلة إلى كبيرة (مثلًا، المشي أو الركض أو الرقص أو الرمي أو ركوب الدراجة أو التقاط الكرة)

سنتان إلى 5 سنوات



ممارسة ٦٠ دقيقة على الأقل من الأنشطة البدنية التي تتطلب طاقة معتدلة إلى كبيرة، 3 مرات أسبوعيًا على الأقل، بما في ذلك الأنشطة التي تقوّي العضلات والعظام (مثلًا، تمارين المعدة والصدر والرقص والقفز بالحبل وركوب الدراجة)

معلومات مفصلة عن النصيحة الثالثة: تخصيص وقت عائلي للعب!

● فنون وأشغال يدوية

تحسين التنسيق بين اليد والعين وتغذية الإبداع لدى أطفالكم مثلًا، استعملوا مواد قابلة للتدوير لصنع قطعة فنية أو تلوين القمصان باستخدام الإسفنج وطلاء آمن



● تذكارات عائلية

احرصوا على توطيد الروابط بين الأطفال وأفراد العائلة من خلال خلق وتعزيز الذكريات مثلًا، صنع شجرة العائلة باستخدام الصور والملصقات، أو آلة زمن عائلية تتضمن رسائلًا وصورًا يفتحها الأطفال بعد بضع سنوات



● مسرح وموسيقى

أبرزوا موهبة التمثيل والموسيقى لدى أطفالكم مثلًا، صوّروا مشهدًا تمثيليًا بطريقة الفيديو وشاهدوه معًا كعائلة، أو سجّلوا شريطًا موسيقيًا مع طفلكم لأغنيته المفضّلة



● ألعاب لتوطيد العلاقات الأسرية

ابحثوا عن سبل لتمضية وقت ممتع مع أطفالكم مثلًا، التخييم في إحدى غرف المنزل باستخدام الأفرشة والملاءات، وإعداد قائمة طعام والسماح للأطفال بمساعدتكم في طهو الطعام بخطوات آمنة



● الطبيعة

علّموا أطفالكم حبّ الطبيعة وعزّزوا فهمهم لها مثلًا، استعملوا القطن والماء لزراعة القمح، أو صنع أداة لإطعام الطيور باستخدام عبوة بلاستيكية وبذور دوار الشمس



● ألعاب لوحية وأحجيات

حسنوا قدرة الدماغ على التركيز وطوروا المهارات المعرفية لدى أطفالكم مثلًا، اطبعوا صورة طفلكم المفضّلة واصنعوا منها أحجية واطلبوا منه أن يقوم بتركيبها





البدء بالقراءة باكراً

نشجّع الوالدين و مقدمي الرعاية على قراءة كتاب أو كتابين على الأقل لأطفالهم يومياً منذ سنّ صغير، وأن يبدأوا بقراءة القصص لهم بصوت مرتفع عندما يكونون صغاراً

شرح الصور



يركّز الأطفال عادةً على الصور، لذلك من المهم أن يخصص الوالدان ومقدمو الرعاية بعض الوقت لشرح الصور بما أنّ ذلك يساعد الطفل على فهم محتوى الكتاب

مناقشة القصص وطرح الأسئلة



عند مناقشة القصص مع أطفالكم، تخلقون جواً من التواصل وتحثّون أطفالكم على الانتباه للقصّة - اطرحوا عليهم أسئلة أثناء القراءة لتحفيزهم على التخيل

الأثر النموذجي على الأطفال



يتعلّم الأطفال الذين يقرأ لهم الوالدان ومقدمو الرعاية كتاباً واحداً في اليوم 300,000 كلمة إضافية تقريباً بحلول سن الخامسة



معلومات مفصلة عن النصيحة الخامسة:
علّموا أطفالكم الاعتناء بالمنزل

عندما يساعد الطفل ذويه في الأعمال المنزلية، يتعلّم حتى المسؤولية والاعتماد على الذات والعمل الجماعي وأخلاقيات العمل



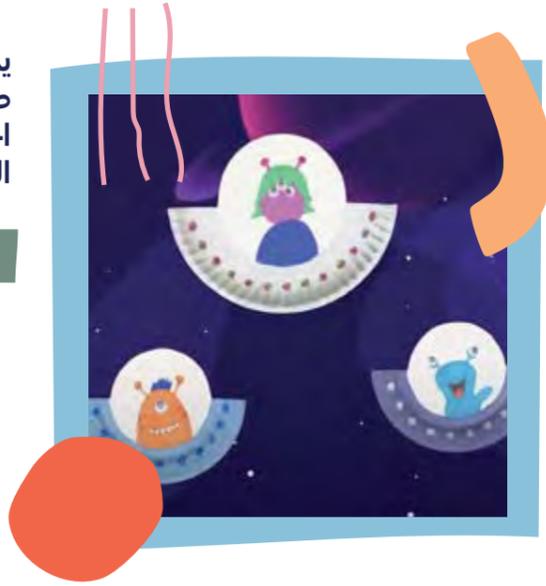
صناعة كائن فضائي من الصحون الورقية



يمكننا السفر عبر الفضاء عن طريق صناعة مركبة فضائية باتباع بعض الخطوات البسيطة. فيما يلي الأدوات الواجب توافرها لإتمام التجربة:

المواد اللازمة:

- مقص
- صمغ
- أقلام تلوين فضية
- قلم تلوين
- ملصقات على شكل كائنات فضائية
- صحن ورقي
- قلم رصاص
- صمغ لاصق



الخطوات:



1 قم بتلوين الكائن الفضائي باستخدام أقلام التلوين الفضية.



2 قم برسم كائن فضائي باستخدام أقلام التلوين داخل المركبة الفضائية.



3 قم برسم مركبة فضائية على الصحن الورقي واقطع الصحن باستخدام المقص.



4 ضع الصمغ اللصق على هيكل المركبة الخارجي واستعد لرحلة إلى الفضاء!



5 قم بتلوين السفينة الفضائية بأقلام التلوين الفضية لتحديد هيكل المركبة الخارجي.



6 أضف ملصقات لتحديد ملامح الكائن الفضائي.

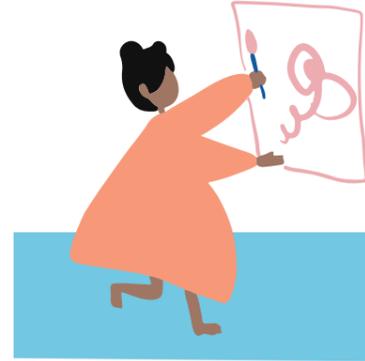
زهرة ببصمة اليد

بمساعدة يد المبدع الصغير في العائلة، نفتح باب الإبداع باستخدام تلوين الأصابع!

يلون الصغار زهرة جميلة باستخدام بصمة اليد، تزورها فرشاة ملونة باستخدام بصمة الأصبع.

المواد:

- مريلة صغيرة حتى يحمي الصغار ملابسهم
- قلم تلوين شمعي
- صحن ورقي
- تلوين أصابع قابل للغسل
- ورق



الخطوات:



1 ارسم غصن الزهرة بقلم التلوين الشمعي.



2 ضع يد طفلك في التلوين ثم اطبع بصمة اليد على الورقة لرسم الزهرة.



3 اعصر القليل من تلوين الأصابع على صحنين ورقيين.



4 وقع العمل الفني الجديد باسم الفنان الصغير وأعرضه في المكان المفضل في المنزل!



5 لرسم الفراشات، ارسم الأجنحة حول بصمة الأصبع باستخدام قلم التلوين، واتركها مدة 1-2 ساعة حتى تجف.



6 ضع الأصبع في التلوين ثم اطبع البصمات حول الزهرة.

لعبة الإيجابية

من المهم جدًا وخاصة خلال هذه الفترة إظهار مشاعر العطف والحنان والحب تجاه الأطفال، ومساعدتهم في رؤية الجانب الإيجابي للحياة.

شاركوا الأطفال لعبة الإيجابية، وساعدوهم على التفكير بكل الأحداث الإيجابية للتجارب التي يمرون بها.

المواد:

- أحجار نرد
- قطع لعب

طريقة اللعب:

- 1 ارم النرد أو أحجار الزهر، ثم حرك قطعك على مربعات لوحة اللعب بحسب الرقم الظاهر، مثلًا إذا أظهر حجر النرد الرقم 2، عندها تحرك قطعك مربعين إلى الأمام.
- 2 إذا وقعت القطعة على مربع يحوي سلمًا، حرك القطعة إلى أعلى السلم، وإذا وقعت القطعة على مربع فيه أفعى، حرك القطعة نحو الأسفل لتصل إلى ذيل الأفعى.
- 3 تنتهي اللعبة عند وصول جميع اللاعبين إلى مربع النهاية.



شاركونا تجربتكم عبر هاشتاغ #إثراء_البيئة_المنزلية_للطفل_على_وسائل_التواصل_الاجتماعي!

31 ما هي حكمتك أو مقولتك المفضلة؟	32 ما الشيء الذي لا يمكنك الانتظار لتجربته؟	33 ما هو الشيء الذي تشعر بالفخر تجاهه؟	34 ما هي نقاط قوتك؟	35 النهاية
26 أخبر شخصاً ما عن أكثر ما يعجبك فيه	27 ما الذي تستمتع بالتعلم والقراءة عنه؟	28 قم بتمارين اليوغا أو الاسترخاء	29 ما هو الشيء الذي تفضل دائماً ارتدائه؟	30 لقد حصلت على هذا!
25 قم بالغناء والرقص على أنغام أغنيتك المفضلة؟	24 صافح شخصاً ما!	23 من الذي قدمت له يد المساعدة مؤخراً؟	22 عبر عن نفسك بشكل مضحك	21 عبر عن نفسك بشكل مضحك
16 ما هو الشيء الذي يجعلك تشعر بالفخر؟	17 أنت شخص لا يمكن إيقافه!	18 عانق نفسك لمدة 20 ثانية!	19 أخبر نفسك أنك مميز	20 قم بتمارين القرفصاء أو السكوات
15 أنت محبوب!	14 ما هو الشيء الذي أنت ممتن لأجله؟	13 خذ نفساً عميقاً ثلاث مرات	12 ما هو أروع شيء رأيته على الإطلاق؟	11 ما الذي ترغب في تطويره في شخصيتك؟
6 أخبرنا نكتة	7 اقفز على ساق واحدة لتلايين ثانية	8 مق تشعر بالسعادة؟	9 من تحب؟	10 ما الذي جعلك تضحك اليوم؟
5 أكثر شيء يعجبك في نفسك؟	4 اذكر 3 أشياء أنت ممتن لها	3 ما الذي تستمتع بالتعلم عنه؟	2 ما هو الجزء المفضل في يومك؟	1 البداية

ما هي الأدوات المبتكرة لمساعدتك
على التفاعل مع أطفالك؟



لمسة شركة محلية تقدم محتوى باللغة العربية يحاكي ثقافات
الفتيات المستهدفة وتتضمن قصصاً وألعاباً ومقاطع فيديو تساعد
الآباء والأمهات على التفاعل مع أطفالهم.

إذا كان لديك أي استفسارات حول استخدام هذا التطبيق، يرجى
التواصل مع support@lamsaworld.com

متاحة على متجر آب ستور، وجوجل بلاي للتطبيقات

العمر
8-2



النهاية

كتيب النشاط المنزلي
للوالدين

هجرة

هيئة أبوظبي للطفولة المبكرة
Abu Dhabi Early Childhood Authority



أفينيداتا برنامج محادثات يعمل بخاصية الرد التلقائي والتفاعلي
الذي من خلال تزويد الآباء والأمهات بالأنشطة التي تساهم في
تطوير النمو الذهني «الدماغ» لدى الطفل.

إذا كان لديك أي استفسارات حول استخدام هذا التطبيق، يرجى
التواصل مع tech@afinidata.com

اضغط على الرابط أدناه للتواصل مع أفينيداتا عبر تطبيق فيس بوك ماسنجر

<https://bit.ly/afinidata>

العمر
6-0

كيندو عبارة عن منصة تركز على استخدام الموارد المرئية «الفيديوهات» التي
تطلق العنان لتنمية الطفولة المبكرة على نطاق واسع من خلال أفلام توعوية
تعزز من خبرات وجودة التعلم في المنزل والمدرسة وفي كل مكان بينهما.

إذا كان لديك أي استفسارات حول استخدام هذا التطبيق، يرجى التواصل مع
hello@kinedu.com

متاحة على متجر آب ستور، وجوجل بلاي للتطبيقات

العمر
4-0

kinedu



@abudhabi_eca



@Abudhabi_ECA



f



@AbuDhabi Early Childhood Authority

www.eca.gov.ae