



## مرحباً أيها الآباء والأمهات:

غالباً ما نقول أن الأطفال ينمون بسرعة. نلاحظ نمو الأطفال عندما ملابسهم وأحذيتهم لم تعد مناسبة لهم. مع مرور الوقت، يستمر الأطفال في النمو الجسدي والعقلي. من دواعي السرور أن ترى طفلك يكثر من رضيع إلى طفل صغير، ثم طفل أكبر يحمل حقيبة مدرسية على ظهره. في هذه النشرة، ستجد أنشطة من شأنها توسيع فهمنا لكيفية نمو الأطفال.

### الأنشطة:

#### الأطفال من ( ٣ أشهر - ١٨ شهراً )

كبير جداً!

يستمر الأطفال في النمو وتطوير المهارات الجسدية وزيادة قدرتهم على التفاعل مع العالم. العديد من هذه المهارات الجديدة التي يتعلمونها ستكون مفيدة عندما يبدأون بتناول الطعام العادي.

التعليمات:

دع طفلك يعتمد على نفسه قدر الإمكان.

قطع الطعام إلى قطع صغيرة ليستطيع الطفل التعامل معها. على سبيل المثال: قطع من الموز الناضج، معكرونة مطبوخة جيداً، وما إلى ذلك.

شجع طفلك على استعمال أصابعه لتناول طعامه وعق على ذلك. يمكنك القول: "أنت كبير الآن، وتستطيع الأكل بمفردك".

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

[إضغط هنا](#) للمزيد من المعلومات.

#### الأطفال من ( ٤-٦ سنوات )

أنا كطفل رضيع

المواد:

أشياء عندما كان طفلك رضيعاً. على سبيل المثال: بطاقات، صور، ملابس، أحذية أو قصص من الوالدين أو الأجداد.

صندوق

أقلام تلوين

التعليمات:

دع طفلك يزين الصندوق.

إملاً الصندوق بالأشياء التي جمعتها.

تحدث عن أهمية بعض الأشياء وما تعنيه لك ولطفلك.

شجع طفلك على التحقيق في نموه وتطوره المبكر من خلال طرح أسئلة مثل:

أين ولدت؟

في أي يوم من أيام الأسبوع كان ذلك؟

كم كان وزني عندما ولدت؟

ماذا قال الطبيب/ الممرضة عندما ولدت؟

ماذا أكلت وشربت عندما كنت طفلاً؟

ما هو طعامي المفضل حينها هل تغير؟

ما هي لعبتي المفضلة هل تغيرت؟

أخيراً إسأل طفلك الأسئلة التالية:

هل تود أن تكون طفلاً؟

لماذا؟ ولما لا؟

ما هو الشيء الإيجابي في أنك كبرت؟

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

#### الأطفال من ( ١٩ شهراً - ٢.٥ سنة )

الطريق إلى الحمام

المواد:

ورق مقوى

أقلام رصاص

مقص

التعليمات:

أرسم وقص شكل للأقدام على ورق مقوى.

صمم ممراً ممتعاً يأخذ طفلك من غرفته إلى الحمام.

حاول أن تجعل الطريق من الألوان الزاهية حتى يتمكن أيضاً من متابعته في الليل.

في كل مرة يشعر فيها طفلك برغبة في التبول، سيرى الممر ويتذكر الذهاب إلى الحمام.

[إضغط هنا](#) لقراءة "A Potty for Me!" بقلم كارين كاتز

#### الأطفال من ( ٦-١٢ سنة )

يلمع ويكبر

المواد:

سلتان صغيرتان

ورق

قلم حبر ناشف

التعليمات:

قص قصاصات من الورق وأكتب هذه الأسئلة: "ما هو الشيء الوحيد الذي أنجزته اليوم؟ كيف أشعر حيال ذلك ولماذا؟"

ضعهم في سلة واحدة.

إملاً قطعة أو قطعتين من الورق كل يوم وضعها في سلة أخرى.

في نهاية كل أسبوع، أخرج قطع الورق من السلة وراجع إنجازاتك. احتفل بمدى نموك وما تعلمته.

[إضغط هنا](#) للمزيد من المعلومات حول الرسم البياني للنمو.

#### الأطفال من ( ٢.٥-٥ سنوات )

كم تغيرت؟

المواد:

[إضغط هنا](#) لقراءة "How Kids Grow" بقلم جين مارزولو.

ورق وأقلام تلوين

صورتان لطفلك (صورة وهو صغير وصورة حالية)

التعليمات:

بعد قراءة الكتاب "How Kids Grow" بقلم جين مارزولو، أشرك طفلك في مناقشة حول كيفية نموه منذ أن كان طفلاً.

دع طفلك يصف كيف يمكنه معرفة أنه قد كبر.

سجل تعليقات طفلك على الورقة لبدء نشرة حول نموه وتطوره.

[إضغط هنا](#) لقراءة "I Like Myself" بقلم كارين بومونت.

### نصيحة اليوم:

وثق نمو طفلك، إبدأ منذ الولادة بالتقاط صور له كل بضعة أشهر.

إعمل دفتر قصاصات للذكرى مع طفلك.

قم بقياس طفلك باستخدام الرسم البياني للنمو.

تحدث مع طفلك عن طفولتك.

