



VOLUME #155
تحسين إنتباه وتركيز طفلك

VIRTUAL CHILDCARE
PARENT SUPPORT
SERVICES

مرحباً أيها الآباء والأمهات،

مدى الإنتباه أو التركيز هو قدرة الطفل على إعطاء إهتمام كامل لمهمة معينة في تناول يده، حيث يتطلب حجب جميع المحفزات الأخرى، مثل الصوت (صوت التلفزيون)، المرئيات (مشاهدة ما يحدث خارج النافذة) أو المعلومات غير الضرورية (تحدث الوالدين أو أفراد الأسرة). متوسط مدى التركيز لمرحلة ما قبل المدرسة هو عادة أقل من 15 دقيقة، يعني 15 دقيقة تركيز فقط على مهمة واحدة. أما الأطفال الأصغر فهي 5 دقائق. عندما يكبر الأطفال، يمكنهم التركيز لفترات أطول، عادة نصف ساعة في الصفوف الابتدائية. في هذه النشرة، ستجد أنشطة تساعد في زيادة إنتباه طفلك وتركيزه.

الأنشطة:

الأطفال من (٣ أشهر - ١٨ شهراً)

خمن ما لدي؟

المواد:

بطانية

حيوانات محشوة أو لعبة أخرى

التعليمات:

لف لعبة في بطانية وشجع طفلك على إستكشافها.

بينما يستكشف طفلك اللعبة المغلفة، إعمل تعليقات مثل: "ماذا يمكن أن تكون؟ إنها ناعمة".

بينما يراقب طفلك، أكشف عن الشيء المخفي.

سيعلم هذا النشاط طفلك جمع بعض الحواس معاً، بينما يطور إهتمامه المشترك بشكل أكبر.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (١٩ شهراً - ٢.٥ سنة)

لعبة أي كوب؟

المواد:

ثلاثة أكواب

كرة أو أي شيء صغير

التعليمات:

ضع الأكواب الثلاثة رأساً على عقب، ضع كرة داخل أحد الأكواب ودع طفلك يرى الكرة.

حرك الأكواب هنا وهناك ولاحظ ما إذا كان بإستطاعة طفلك أن يتذكر في أي كوب كانت الكرة.

عندما يعثر طفلك على الكرة، بذل الأدوار وأتركه يحرك الأكواب. الآن دورك للعثور على الكرة داخل الكوب.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٢.٥ - ٥ سنوات)

التدريب على القص بالمقص

المواد:

مقص

ورق

ماركرز

التعليمات:

شجع طفلك على رسم بعض الخطوط والأشكال على قطعة من الورق.

تحت إشرافك إعطِ المقص لطفلك ودعه يقص الأشكال والخطوط التي رسمها على قطعة الورق.

يتطلب هذا النشاط السهل تركيزاً كبيراً للقص على طول الخطوط بشكل صحيح.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٤ - ٦ سنوات)

لاحظ الفرق

المواد:

لاعبان

إكسسوارات لإرتدائها (أقراط، قلادة، أساور، وما إلى ذلك).

ورق، قلم رصاص وممحاة

التعليمات:

أطلب من طفلك التركيز على ما ترتديه وتذكره.

غادر الغرفة وقم بتغيير أو خلع شيء واحد. على سبيل المثال، يمكنك خلع قرط أو ربط شعرك للخلف أو تغيير قميصك.

إرجع وأطلب من طفلك أن يكتشف ما قمت بتغييره.

يمكنك لعب هذه اللعبة بطريقة مختلفة بإستخدام الورق والقلم والممحاة. أرسم شخصاً أو مشهداً وأمسخ شيئاً واحداً أثناء عدم نظر طفلك إليك. هل يستطيع طفلك إكتشاف الإختلاف؟

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٦ - ١٢ سنة)

لعبة سرد القصة

التعليمات:

يبدأ شخص واحد بسرد القصة مثل: "ذهبت الى المحل واشترت طماطم".

الشخص التالي يكرر القصة ويضيف شيئاً آخر: "ذهبت الى المحل واشترت طماطم وصحيفة".

سيستمر هذا حتى ينسى شخص ما شيئاً! يمكنك تغيير هذه اللعبة لتكون صعبة أو بسيطة كما ترغب.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

نصيحة اليوم:

خصص قدراً معقولاً من الوقت لطفلك لممارسة التركيز على مهمة محددة. إفعل شيئاً واحداً في كل مرة. بالنسبة للأطفال الصغار، يمكنك ببساطة غناء الأجدية معاً أثناء النظر إلى الحروف. بالنسبة للأطفال الأكبر سناً، يمكنك إكمال عملية قسمة طويلة واحدة معاً. قسم المهام الكبيرة إلى أجزاء أصغر ليسهل التعامل معها.



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada