

قضاء بعض الوقت معا

أنشطة ممتعة وبسيطة للقيام بها مع
طفلك الصغير في المنزل

National
Literacy
Trust

Change your story

مرحبا

إن التحدث مع طفلك أو صغيرك ومشاركة الكتب معه يوفر
له أفضل بداية في الحياة.

فأنت لديك دورًا مهمًا لتمرسه بصفتك والدًا.
ومن حسن الحظ أنك لست بحاجة إلى أن
تكون خبيرًا حتى تساعد طفلك على أن
يكون جاهزًا للتعلم.



هل تعلم أن الأطفال يتعلمون الكثير
من الأشياء من خلال التجارب
السهلة واليومية معك!

أهم النصائح

تتضمن النصائح الذهبية الموجودة في هذا الكتاب اقتراحات عظيمة حول كيفية دعمك لعملية تعليم طفلك وكيفية إعداده للانتحاق بالمدرسة.

كلمات لأنشطة الحياة

استخدم كلمات المحادثة الصغيرة لمساعدة طفلك على تطوير اللغة التي سيحتاجها في المدرسة.

حاول استخدام الأفكار التالية كدبابة. يمكنك العثور على المزيد من الأفكار على الموقع الإلكتروني التالي wordsforlife.org.uk.

أهم نصيحة

سيسعد طفلك عندما تقول له "أحسنت"! الكثير منثناء يساعد طفلك على الشعور بالرضا عن نفسه.

كلمات لأنشطة الحياة

درش مع طفلك عند الخروج - المشي على طول الطريق، في الحافلة، في أي مكان! قيمه تعلم العديد من الكلمات الجديدة منك.



التحدث واللعب والقراءة

التحدث مع الطفل أمر هام!

تبادل الأدوار في التحدث مع طفلك والاستماع إليه.

يتعلم الأطفال من خلال طرح الأسئلة والبروح عن أفكارهم ووصف ما يرونه والنسأول بصوت عالٍ.

يمكنك قضاء وقتاً ممتعاً مع طفلك عندما تتحدث معه. جرب:

- طرح أسئلة
- التحدث عن التجارب اليومية
- إلقاء النكات
- التصرف بطريقة مضحكة
- ممارسة الألعاب
- الغناء



أهم نصيحة

للمزيد من الأفكار يمكنك زيارة

الموقع wordsonlife.org.uk

كلمات الأنشطة الحية

تحدث مع طفلك حول ما تفعله أثناء ممارسة الأنشطة اليومية مثل فرز الغسيل أو إعداد العشاء.

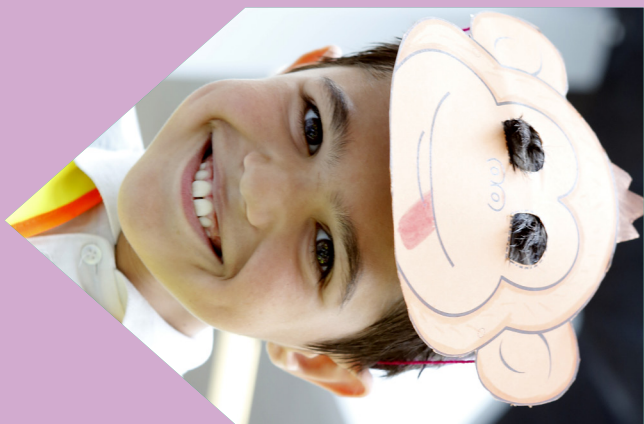


هل تعلم أنه كلما تحدثت مع طفلك وسمع المزيد من الكلمات التي تستخدمها، كان أداءه أفضل في المدرسة في سن العاشرة؟

كن مرحًا

يتعلم الأطفال فهم العالم من خلال لعبهم! يعتبر اللعب مهمًا لتنمية الأطفال. واللعب مع أطفال آخرين يساعدكم على تعلم التواصل والتغلب والمشاركة وتكوين صداقات.

يستمتع الأطفال باستخدام خيالهم لتحويل الأشياء المختلفة إلى عناصر لعب. يمكنك توفير ملابس تنكر مثل أحذية الكبار أو الملابس أو الحجاب أو حتى الحوايات الفارغة - الصناديق الكبيرة رائعة!



أهم نصيحة
إذا كان الطفل يلعب
بطريقة مفعمة بالحياة
أو مزحة فاتجه إلى
حديقة بمطقتك!

كلمات لأنشطة الحياة
شارك قصة "الهربون الاصطياد الدب"
مع طفاك ومن ثم اخلق مهمة خيالية
لاصطياد الدب في حديقتك أو أي
حديقة بمطقتك!

هل تعلم أن السماح لطفاك باختيار ما يرغب في
لعبه يعزز استقلاليتيه ويساعده على الاستعداد
للمدرسة؟



كلمات لأنشطة الحياة
شارك طفاك في اللعب واقتبس شخصية خيالية أثناء اللعب
الخيالي لطفاك! اطرح عليه أسئلة حول الشخصية أو
وصف لما تفعله. هذا يمكن أن يمنح طفاك الفرصة لسماع
كلمات جديدة وحل المشاكل.

قراءة العلامات

نتوفر المطبوعات في كل مكان!

يعيش الأطفال في عالم مليء بالمطبوعات كما يبرون الرسائل والصور والشعارات في كل مكان.

فالنعرف على المكان المفضل لهم لتناول الطعام أو اسم متجر البقالة يعتبر من أولى الخطوات لتعلم القراءة والكتابة.

هل تعلم أنه كلما شاهدك طفلك
وانت تقراء، زادت رغبته في
القراءة أيضًا!

كلمات لأنشطة الحياة

عندما تكون في الخارج مع طفلك، انظر إلى كل العلامات والرموز والشعارات والكلمات من حوله. شجع طفلك على تمييز تلك العلامات وساعده على "قراءة" العلامات التي يتعرف عليها!



أهم نصيحة

تأكد من أن طفلك يشاهدك أثناء قراءة الأشياء التي تحبها مثل الكتب أو المجلات أو القصص المصورة أو الأداة أو الوصفات أو التعليمات وأخبره لماذا تفعل ذلك.

الطعام والنوم والحركة

تغذية الأطفال الذين ينمون يومًا بعد يوم!

إن اتباع نظام غذائي مختلط ومتنوع مع تناول الفواكه الطازجة والخضروات ومنتجات الألبان أمر هام لمساعدة الأجسام والعظام على النمو بطريقة صحية. يمكن أن يكون طهي الطعام أرخص من شراء الطعام الجاهز. تعتبر الأطعمة الجافة أو المعلبة مثل المعكرونة والبطاطم والفاصوليا من السلع الأساسية الجيدة والأرخص في الخزانة التي يمكن أن تشكل الكثير من الأطباق المختلفة.



أهم نصيحة

اسأل أصدقائك ما الذي يحب أطفالهم تناوله وتبادل
الوصفات معهم!

أهم نصيحة

اسأل مدرسة طفلك عن خيارات قائمة طعام الإفطار
والغداء!

هل تعلم أن الكثير من محلات السوبر ماركت لديها أفكار ووصفات رائعة
للوجبات غير باهظة الثمن؟ أو يمكنك البحث عبر الإنترنت عن أفكار
أخرى:

nhs.uk/start-for-life/baby/recipes-and-meal-ideas

كلمات لأنشطة الحياة

تحدث مع طفلك أثناء الطبخ حول ما تفعله.



النوم جيداً

الراحة والاسترخاء!

إن الاستماع بقسط كافٍ من النوم والاسترخاء أمر هام للأطفال حيث إنهم ينمون ويتطورون في كل الأوقات.

روتين ما قبل النوم

قد يكون روتين ما قبل النوم كما يلي:

- 6.45 مساءً: ارتداء ملابس النوم وضل الأسنان بالفرشاة والذهاب إلى المرحاض.
- 7.15 مساءً: قضاء وقت هادئ من خلال قراءة كتاب أو قصة أو إجراء محادثة هادئة.
- 7.30 مساءً: النوم وغلق الأنوار¹



أهم نصيحة

حاول تقليل "وقت الشاشة" على الهواتف أو التلفزيون أو أجهزة الكمبيوتر في الساعة التي تسبق وقت النوم لأنها يمكن أن تمنع الأطفال من النوم.

للحصول على اقتراحات لمساعدة طفلك على النوم، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني التالي sleepfoundation.org

كلمات لأنشطة الحياة

حاول اختلاق قصة من مخيالك بدلاً من قراءة كتاب قبل النوم.



هل تعلم أن الأغاني والأناشيد المهدئة يمكن أن تهدئ الأطفال وتساعد على النوم المريح؟

التحرك

حان وقت النشاط البدني!

يُوصى بأن يقضي الأطفال حتى سن الخامسة ثلاث ساعات من النشاط البدني خلال اليوم.² يمكن أن يشمل ذلك المشي والقفز والجري والتسلق والتوازن. تنمو أجسام الأطفال وتتطور بسرعة خلال هذا الوقت. يجب الأطفال أن يكونوا نشيطين، ويحتاجون إلى الاستمرار في الحركة للبقاء بصحة جيدة وأقوياء.



تشمل الأنشطة المناسبة لمعظم الأطفال الذين يستطيعون المشي بمفردهم ما يلي:

- الألعاب الحركية (مثل لعبة الإخفاء أو لعبة عالقين في الوحل)
- الجري
- القفز على الترامبولين
- ركوب الدراجة
- الرقص
- السباحة
- القفز بالحبل
- الجواز³

أهم نصيحة

اعثر على نشاط بدني تستمتع به (ربما الرقص على الموسيقى أو الجري) وشجع طفلك على الانضمام إليك أيضًا!

كلمات لأنشطة الحياة

اسأل طفلك بأن يخبرك عن أي أنشطة مارستها في الحضانة. اسأل طفلك عما أعجبه أو لم يعجبه منها وأسأله عن السبب.



ما يمكنك القيام به لدعم طفلك

تظهر الأبحاث أن هناك سبعة أشياء يمكن للآباء القيام بها مع أطفالهم لمساعدتهم على التعلم وتحقيق نتائج جيدة في الحياة⁴.

اللعب بالحروف

ممارسة الألعاب بالأشكال وأصوات الحروف يجعل التعلم أمراً ممتعاً.

ممارسة الألعاب معاً

يتعلم الأطفال الصغار من خلال اللعب. يساعد اللعب مع الأطفال على تطوير المهارات التي يحتاجونها للتواصل والتفاعل الاجتماعي.

القراءة والقصائد

يعد غناء الأهازيج وأغاني الأطفال طريقة رائعة لمساعدة طفلك على تعلم أصوات وكلمات جديدة من خلال القافية والتكرار.

مشاركة الكتب والقصص

يعد النظر إلى الكتب معاً طريقة رائعة للتعلم في سن مبكر جداً.

الخروج من المنزل

إن الذهاب في نزهة أو إلى المتاجر معاً يمتدحك أنت وطفلك تجربة أشياء جديدة يما في ذلك أشياء يمكنك رؤيتها والشعور بها وشمها وتذوقها وسماعها بالإضافة إلى الكثير من الأمور للردشة حولها!

تحدث هذه الأنشطة

البسيطة فرقاً في كيفية تعلم طفلك وتطوير مهارات الاستماع والتحدث والقراءة والكتابة لديه. يمكنك الاستمتاع معاً والاستعداد للمدرسة في نفس الوقت!

التلوين والرسم

إن رسم العلامات والشخبطة هي بداية تعلم الكتابة.

الوصول إلى الكتب

إذا كنت المكتبة المحلية مفتوحة، يمكنك استعارة الكتب مجاناً وحضور الأنشطة المجانية للأطفال. يمكن أن توفر دور الحضانة المحلية ومراكز الأطفال والمدارس إمكانية الوصول إلى الكتب المجانية. فقط اسأل!





مشاركة القصص

هل تعلم أن الأطفال الذين قرأ لهم أبائهم بانتظام في سن الخامسة كان أداءهم في الرياضيات والمفردات واختبارات التهجئة في سن 16 أفضل من أولئك الذين لم يتلقوا المساعدة بهذه الطريقة؟⁵

هل تعلم أن غالبًا ما يكون للأطفال قصة مفضلة يريون سماعها مرارًا وتكرارًا؟ وهذا يساعدكم على تعلم ترتيب الكلمات وربط الكلمة المكتوبة بالقصة وذلك يُعد أولى خطوات تعلم القراءة!

لا يلزم قراءة الكلمات دائمًا! فالنظر إلى الكتب المصورة والتحدث عنها يُعد طريقة رائعة لتشجيع طفلك على الاستمتاع بالقصص. إذا كنت تتحدث لغة أخرى في المنزل، قم بشرح الصور وسرد القصة بلغتك الأم.

عندما تشاركون الكتب يمكنك الاستمتاع معًا:

- تحدث عن غلاف الكتاب وأشر إلى العنوان.
- اترك طفلك يمسك الكتاب ويقب الصفحات.
- شجعه على التحدث عن الصور.
- استخدم نبرات صوت مختلفة للشخصيات المختلفة أصف مؤثرات صوتية مثل صوت رش الماء في البرك أو أصوات بوق السيارات أو أصوات الحيوانات.
- عندما تنتهي القصة، يمكنك أن تسأل طفلك عما إذا كان أحبها وما إذا كان لديه شخصية مفضلة.

كلمات لأنشطة الحياة

تحدث مع طفلك حول ما كنت تفعله وأنت صغير.
أشارك كل أفراد العائلة، فقد يقص الأجداد قصصًا قد حدثت أثناء مراحل نموهم!



أهم نصيحة

اصنع عرينًا معًا (قطعة قماش فوق طاولة) ، مع مساحة لكلا منكما للمشاركة. يمكنك جعل الحجرة جزءًا من القصة - قد يكون كهف وحشًا أو مركبة فضائية أو برج أمير.

الغناء والقصائد

تعمل الأغاني والقصائد على تطوير لغة ومفردات الأطفال وحرّكتهم بطريقة تصرّفهم إذا انضممت أفعالاً. كما تساعد الكثير من الأغاني أيضاً في تعلم العد.

لا تفق إذا كان صوتك في الغناء سبباً أو غير مناسب للنعمة، فذلك لا يهم فكلما غيّت أكثر مع طفلك زادت ثقّك.

إذا كنت لا تعرف النعمة، يمكنك استعارة أقرص مضغوطة للألحان من المكتبة أو البحث عنها على اليوتيوب. يمكنك دائماً تأليف أغانيك الخاصة أو الغناء مع الراديو أنت وطفلك.



هل تعلم أن الأغاني والقصائد قد تساعد على توسيع مدارك طفلك حول العالم؟ يمكنك تقليد أصوات الحيوانات في أغنية Old MacDonald Had A Farm وعدّ 1, 2, 3, 4, 5 Once I Caught a Fish Alive

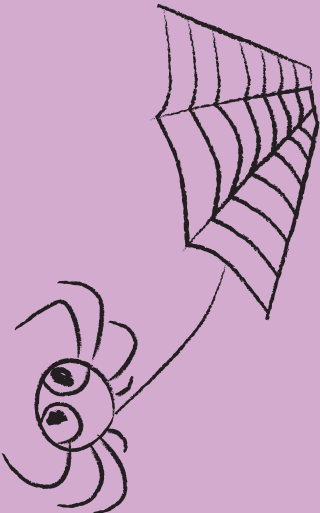
wordsforlife.org.uk/themes/songs-and-rhymes

إنسي وينسي سبائدر Spider Wincy

قم بتمثيل كلمات الأغاني أثناء غنائها، أو اصنع العنكبوت وأنابيب
الصرف باستخدام أشياء مثل أكواب الزبادي والصوف وأنابيب
مناديل المطبخ. يمكنك العثور على فيديو للأغنية مع الحركات على
موقع يوتيوب:

[wordsforlife.org.uk/activities/incy-wincy-spider](https://www.wordsforlife.org.uk/activities/incy-wincy-spider)

تسلق العنكبوت إنسي وينسي أنبوب المياه
ثم هطلت الأمطار وجرفت العنكبوت خارج الأنبوب
خرجت أشعة الشمس وجفت كل المطر
ثم تسلق العنكبوت إنسي وينسي أنبوب المياه مرة أخرى.



أهم نصيحة
إذا كنت تعرف أي أغاني أو قصائد بلغة أخرى،
فاستمع بغنائها مع طفلك أيضًا.

ممارسة الألعاب معًا

إن تعلم المشاركة وتبادل الأدوات والتواصل والشعور بالارتياح وتكوين صداقات مع الآخرين هي مهارات طويلة الأمد ولكنها تستغرق بعض الوقت لاكتسابها! يمكنك مساعدة طفلك على تعلم تلك المهارات المهمة عن طريق ممارسة الألعاب معًا أو تحديد مواعيد لكي يلعب مع أصدقائه أو أفراد العائلة سواء شخصيًا أو عبر تطبيق FaceTime أو WhatsApp.



هل تعلم أن تعلم اللعب مع الآخرين أمر هام للنطور الشخصي والاجتماعي والعاطفي للطفل؟ يمكنك أن تكون رفيقًا رائعًا لطفلك.
فقط اتبع اهتماماتهم!

أهم نصيحة

كل الأطفال مختلفون! بعض الأطفال أكثر حيوية وأكثر ثقة بأنفسهم عن غيرهم- فلا تقارن بينهم ولا تتفقت- أنت تعرف طفلك جيدًا فقدم له الدعم والتشجيع الذي يحتاجه.

يلعب الأطفال بطرق كثيرة مختلفة:-

- يلعبون بمفردهم
- يشاهدون الأطفال الآخرين وهم يلعبون
- يقلدون الأطفال الآخرين: يمارسون نفس النشاط ولكن لا يلعبون معًا
- أن تصبح أكثر اهتماما بما يلعبه الآخرون وتبدأ في الدردشة معهم
- يلعبون معًا عادةً في مجموعات صغيرة

أهم نصيحة

شجع وطمّن طفلك على بناء ثقته بنفسه عندما يبدأ في تكوين صداقات خاصة به.



اللعب بالحروف والأرقام

هناك كل أنواع الألعاب التي يمكنك لعبها بالأحرف والأرقام، بداية من شكلها وصوتها إلى تعلم كلمات جديدة لها نفس الحرف الأول. يمكنك البحث عن الأرقام التي سيتعرف عليها طفلك مثل رقم باب المنزل أو عمره، وتحقق مما إذا كان يمكنك العثور على هذه الأرقام على الحافلات أو المتاجر أو لافتات الطرق. نذكر أن الحروف والأرقام في كل مكان!



أهم نصيحة

عد الأرقام بصوت عالٍ مع طفلك- اكتشفوا معًا عدد الخطوات التي تحتاج أن تمشيها وصوّلًا إلى الباب الأمامي أو عدد أعمدة الإنارة التي تمرّوا عليها أثناء الذهاب إلى الحديقة!

كلمات لأنشطة الحياة

تحدث عن الحروف التي يمكن العثور عليها في البريد العشوائي والمجلات القديمة. قص بعض الحروف واصنع ملصقة صورة. تحقق مما إذا كان يمكنك العثور على الحرف الأول من اسم طفلك. إذا لم يتمكن الطفل من التعرف على الحرف بعد، ارسموا هذا الحرف معًا وتحقق مما إذا كان يمكنك العثور عليه عندما تكون بالخارج.



كلمات لانشطة الحياة

للتجميع مهارات القراءة المبكرة عند طفلك، استخدم أصوات الحروف بدلاً من أسماء الحروف الأبجدية. إن استخدام أصوات الحروف عند ممارسة الألعاب معًا مثل "أنا ذاهب إلى الحديقة" أو "أنا أراقب" سيساعد طفلك على نطق الحروف وتعلم قراءتها.



"أنا ذاهب إلى الحديقة"

هذه اللعبة يتم ممارستها بالتناوب مع قول ما ستأخذه عند ذهابك في رحلة إلى الحديقة. وقاعدة اللعبة هي أنه يمكنك فقط أخذ الأشياء التي لها صوت حرف الـ "ع" (على سبيل المثال، "سأذهب إلى الحديقة وسأخذ عربة/ عصفורה/ علم"). يمكنك قضاء وقت ممتع أكثر بتغيير المكان الذي سندهبون إليه (مثل، الذهاب إلى الشاطئ حيث يمكنك أخذ الأشياء التي تبدأ فقط بحرف الـ "ش"). هل يمكنك تذكر كل شيء ستأخذه معك؟

صنع الحروف بالصلصال أو عجينة اللعب

استمتعوا بصنع أشكال الحروف معًا باستخدام الصلصال أو اصنعوا عجينة اللعب الخاصة بكم.

اخلط هذه المكونات معًا:

- كوبان من الدقيق الأبيض
- نصف كوب من المياه الباردة
- ثلاث ملاعق كبيرة من الزيت النباتي
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون (اختياري)
- أي لون طعام أو ملصع تريده.



الخروج من المنزل

إن العالم مليء بالكلمات والصور الممتعة والأنشطة والشعور بها واستكشافها، بداية من حلب الحبوب وإشارات الشوارع إلى البرك المتلاثلة والأوراق المتساقطة.

شجع طفلك على استكشاف العالم من حوله.

- اذهبا في نزهة سيرًا على الأقدام وتحدثا عن الحروف والكلمات والأرقام الموجودة على لافتات الشوارع وواجهات المنازل.
- عند التسوق للحصول على الطعام، قارنا أحجام الفواكه والخضروات وألوانها ورائحتها

هل تعلم أن الذهاب في نزهة سيرًا على الأقدام مع طفلك يساعده على التعلم. امش بخطى طفلك وتحدث معه واهتم بالأشياء التي يلاحظها ويسأل عنها.



كيفية صنع واستخدام سلسلة الصور

المتطلبات

- قلم رصاص وورقة لقائمة التسوق الخاصة بك
- صور للفاكهة والخضروات
- مقص مخصص للأطفال
- ثاقبة أوراق
- خيط أو شريط لتوصيل الصور ببعضها

ماذا تفعل

احصل على وصفتة وأعد قائمة التسوق معًا من خلال قطع صور لمكونات من النشريات والمجلات.

اصنع حلقة من خلال عمل ثقب في أحد أركان كل صورة ثم اربط الصور معًا بخيط.

اسمح لطفلك باستخدام حلقة المفاتيح عند الذهاب للتسوق. سيساعد ذلك الطفل في الحصول على الأطعمة باستخدام الصور. تحدثا معًا عما تربيانه واحصرا الأشياء التي ترغبان في شرائها.

أهم نصيحة

إن سلسلة الصور طريقة رائعة للعب مع طفلك. حاولا صنع سلسلة من الصور التي قد تروها عندما تكونوا خارج المنزل.

كلمات لإنشطة الحياة

عندما تكون في الخارج مع طفلك، استمعا إلى الأصوات التي يمكن سماعها بما في ذلك ضوضاء السيارات وصفارات الإنذار والموسيقى ونباح الكلاب وغناء الطيور والطائرات المحلقة عاليًا.

تحدثا عما تسمعه من أصوات. حاول تقليد الأصوات - هل يمكنك إحداث نفس الضوضاء؟





هل تعلم أنه كلما زاد عدد كتب الأطفال الموجودة في المنزل، زادت احتمالية قيام طفلك بالأداء الجيد عندما يبدأ المدرسة؟ ولا يلزم شراء الكتب لهذا الغرض، بل في الحقيقة كلما زاد عدد الكتب المستعارة كان ذلك أفضل⁶.

الوصول إلى الكتب

يمكنك الحصول على كتب الأطفال المجانية من المدرسة أو المكتبة أو مركز الأطفال أو الحضانة الكائنة في منطقتك. يمكنك الاتصال بهم والاستفسار عن الكتب!

إذا كانت المكتبة مفتوحة، يمكنك استعارة الكتب مجاناً!

العثور على الكتاب المناسب

من المرجح أن يرغب طفلك في استخدام الكتاب إذا اختاره بنفسه. إليك بعض الطرق التي يمكنك من خلالها مساعدة طفلك في اختيار كتاب يستمتع به:

- تحقق من الغلاف هل يمكن للطفل رؤية أي كتب عن الأشياء التي يحبها؟
- أنظر فيه! أنظر فيه من الداخل. هل أعجبتك الصور؟
- هل يحتوي على شخصيات يحبها؟ هل طفلك يحب الوحوش أم الدمي أم الأشياء الغريبة أم القطارات؟
- هل يمكن لأي منكما أن يصدر صوت يشبه صوت ما هو موجود في الصور؟ أصوات الحيوانات أو أصوات السيارات أو القطارات أو الصواريخ.
- هل هي قصة تتخللها الأفعال المثيرة؟ هل يرغب طفلك المشاركة في هذا النوع من القصص؟
- هل تتضمن أية مفاجآت؟ هل يحبون الكتب ذات الصور المنبقة أم تنوير العلامات؟ هل يمكنك معرفة الشخصية المخفية؟

أهم نصيحة

احرص على تمكين طفلك من الوصول إلى الكتب الموجودة في مكتبته حتى يتمكن من اختيار ما يرغب فيه أو لما لا تحتفظ بكتب طفلك مع ألعابه؟ الدمي تحب القراءة أيضاً!

كلمات لأنشطة الحياة

المجلات أيضاً من الأشياء الموصي بتوفيرها لطفلك. تحدث عن الصور المختلفة و اسأل طفلك عن الصور التي يفضلها.



استمتع مع طفلك بالتلوين والرسم

يساعد التلوين والرسم طفلك على تحسين قدرته على التركيز والإبداع والمهارات التي يحتاجها للكتابة. استخدم مواد مختلفة لصنع العلامات مثل أقلام التلوين وأقلام الرصاص وكريم الحلاقة والطلاء. من الممتع أن تستخدم الماء وفرشاة الرسم على حجارة رصف الطرق في الحديقة.

أهم نصيحة

احرص على عنصر الإبداع. شجع طفلك على إنشاء علامات ورسم صور والحرص على تقليد صور مختلف الأشياء مثل الريش والصدف والأجنحة. انزع الصور المفضلة من المجلات واصنع ملصقة صور.



كيف تُعد كتاب ذكرياتك

المتطلبات

- كتاب صور
- أفلام حبر وأفلام تلوين وأقلام رصاص
- صور فوتوغرافية
- محلات وكتالوجات
- مقص مخصص للأطفال
- غراء

ماذا تفعل

- ساعد طفلك على تزيين الجزء الأمامي من كتاب الذكريات. شاركه كتابة اسمه على الكتاب.
- أضف كلمات أو رسومات عن الأشياء المفضلة له، مثل الطعام أو الأماكن أو الألعاب أو صور عائلتك أو صور الحيوانات الأليفة.
- اجمع تذاكر الحافلات والتذاكر الأخرى عندما تكون بالخارج وقدمها لطفلك لإصاقها في الكتاب.
- حاول السماح لطفلك باستخدام مواد لامعة أو طلاء أو ملصقات أو أي شيء لجعل كتاب الذكريات الخاص به مثيرًا وزخريًا بالألوان.

كلمات لإنشطة الحياة

تحدث مع طفلك عن الخريشة التي قام بها وأسأله عما رسمه. اختر الأشكال والصور التي



التحضير للمدرسة

يمكنك إعداد طفلك للمدرسة عن طريق ما يلي:

- لعب الألعاب التي تتضمن تبادل الأدوات والمشاركة
- مساعدة الطفل في طلب ما يحتاج إليه، إذا كان يشعر بالجوع أو العطش أو التعب.
- تعليم الطفل الاعتماد على نفسه في ارتداء الملابس والأكل واستخدام المرحاض.

يمكن أن يكون بدء الذهاب إلى المدرسة تجربة إيجابية للجميع

- بصفتك ولي أمر الطفل، فأنت المعلم الأول لطفلك.
- تعرف على نظام المدرسة حتى تفهم ما سيحدث عندما يبدأ طفلك الدراسة فيها.
- كن مستعدًا لاستقبال أي زيارة منزلية من المعلم إذا عرض ذلك قبل ذهاب طفلك إلى المدرسة.
- قم بزيارة موقع المدرسة.

تأكد من أنك تعرف ما يجب فعله في اليوم الأول: إلى أين تذهب في الصباح، ومن أين تسلم طفلك.



هل تعلم أن الأطفال الأكثر دراية بمدرستهم أو حضاناتهم الجديدة أسرع في الشعور بالاستقرار؟

اقرأ كتب عن بدء مرحلة الدراسة
يوجد الكثير من الكتب المختلفة التي يمكنك مشاركتها مع طفلك بشأن المدرسة. يمكن أن يساعد ذلك طفلك على الشعور بالاستعداد لبدء الدراسة أو العودة إليها.

فيما يلي بعض الكتب:

- "بدء الدراسة" من تأليف جانيت ولين ألبرج
- "تربسي وتتم بيدان الدراسة" من تأليف جين وجاريت آدمسون
- "الذهاب إلى المدرسة" من تأليف أنا سيفاردي وستيفن كارتر آيت
- هاري والدنيا صورات يذهبون إلى المدرسة بقلم إيان ويبرو
- "النحى بالمدرسة أيضا أيها الكغفر الأزرق!" من تأليف إيما تشيتشستر كلارك
- "أنا صغير للغاية على الذهاب إلى المدرسة" من تأليف لورين تشايلد

ممارسة عادات جديدة

تترب على روتين الصباح بما في ذلك الاستيقاظ واللباس وتناول وجبة الإفطار "في الوقت المناسب للمدرسة". تأكد من حصول طفلك على القدر الكافي من النوم وأنه جاهز للمدرسة في اليوم الأول.

أهم نصيحة

في نهاية اليوم - رجب بطفلك بابتسامة وليس بهتاف!

كلمات الأنشطة الحياة

قدم له أحد الكتب المذكورة هنا. تحدث عن شعور طفلك حيال بدء الذهاب إلى المدرسة.



**National
Literacy
Trust**

Change your story

رقم الهاتف: 020 7587 1842

البريد الإلكتروني: contact@literacytrust.org.uk

الموقع الإلكتروني: literacytrust.org.uk

تواصل معنا على الفيسبوك: [@Literacy_Trust](https://www.facebook.com/nationalliteracytrust)



يمكنك متابعتنا على صفحتنا على تويتر: [@Literacy_Trust](https://www.instagram.com/Literacy_Trust)



يمكنك متابعتنا على صفحتنا على شيرتا الإخبارية الإلكترونية:
literacytrust.org.uk/newsletter



الصندوق الوطني لحمل الأمية هو مؤسسة خيرية مسجلة برقم 1116260 وشركة محدودة بضمنان رقم 5836466 مسجلة في إنجلترا وويلز ومؤسسة خيرية مسجلة في اسكتلندا برقم SC042944. العنوان المسجل: 1RL SW8 168 South Lambeth Road, London

الراعي: صاحبة السمو الملكي دوقة كورنوال

© الصندوق الوطني لحمل الأمية 2023 كتلي "مرشد المعلمين على المدرسية" (Everyone Ready for School Resource) يُرخص بموجب ترخيص الحكومة المفتوحة، الإصدار 3.0

المراجع:

- 1 <https://raisingchildren.net.au/school-age/sleep/understanding-sleep/school-age-sleep>
- 2 <https://www.gov.uk/government/publications/uk-physical-activity-guidelines-5-years>
- 3 <https://www.nhs.uk/live-well/exercise/physical-activity-guidelines-children-under-five-years/>
- 4 Effective Preschool, Primary and Secondary Education (EPPE), Kathy Sylva et al.
- 5 Social inequalities in cognitive scores at age 16: The role of reading, Alice Sullivan, Matt Brown, 2013/6.
- 6 Parent's perspectives: Children's use of technology in the Early Years, Dr Susie Formby, National Literacy Trust, 2014.