

إنه وقت مثير لك ولطفلك الصغير (في سن ما قبل المدرسة)! حيث يتواجد بمفرده في الصف الدراسي أو مركز رعاية الأطفال ويتعرّف على أصدقاء ويتعلم وينمو ويستكشف. لذا، نطمئنك بأن طفلك سيحصل على كافة أشكال الرعاية والدعم اللازمين ليحقق النجاح في صفه الدراسي. وإذا كنت تتساءل عما يمكنك القيام به لمواصلة هذا الدعم في المنزل، فاستمر في القراءة لأنك بلغت وجهتك المنشودة!

## إليك الرفيق المنزلي من برنامج معايير التعلم والتطوير المبكر في ولاية ماين لمرحلة ما قبل المدرسة

تمثل وثيقة معايير التعلم والتطوير المبكر في ولاية ماين لمرحلة ما قبل المدرسة ( Preschool Maine ) (Early Learning And Development Standards (P-MELDS) المورد الذي يقصده المعلمون ومقدمو خدمات رعاية الأطفال للتأكد من أن تجارب الصف الدراسي التي يهيئونها مثيرة وجذابة ومناسبة لتلبية الاحتياجات الأكاديمية والتنموية لطفلك، علمًا بأن الوثيقة تشتمل على وفرة من المعلومات المفيدة، ومن المستحسن بشدة تحميل نسخة مجانية لاستخدامك الشخصي. ثم عُد إلى هنا للحصول على مزيد من المعلومات المفيدة. اطمئن، سننتظر.

أهلاً بك مرة أخرى! الآن بعد أن حصلت على وثيقة P-MELDS، أصبحت مستعدًا لبدء دعم رحلة طفلك التعليمية. ويتمثل الغرض من هذه الوثيقة في تزويدك بأفكار حول التفاعلات والأنشطة التي يمكنك تنفيذها في المنزل مع طفلك وفق بنود وثيقة P-MELDS. وهذه ليست بأي حال من الأحوال قائمة شاملة للتفاعلات والأنشطة التي يمكنك تنفيذها مع طفلك في المنزل، ولكنها تمثل نقطة انطلاق رائعة للبدء.

يمكنك استخدام هذه الوثيقة للمساعدة في الحصول على أفكار حول ما يجب القيام به عندما تريد أنت وطفلك اللعب معًا، أو عندما يُظهر طفلك اهتمامًا بشيء ما وترغب في دعم فضوله، أو عندما تتلقى تحديثًا من معلم طفلك حول ما تعلمه في الصف وترغب في تعزيز واستكمال هذا التعلم في المنزل. الخيارات لا حصر لها!

هذا هو أحد أعظم الأوقات وأكثرها إثارة بالنسبة لك ولطفلك، ووثيقة P-MELDS معدة لمساعدتك. استمتعوا بوقتكم معًا!



## التطور الاجتماعي والعاطفي

### Standards for Social and Emotional Development

Domain	Goal Topic	Element	Code
Social Emotional Development	1. Emotional Development	a. Self Concept	1a.
		b. Self Regulation	1b.
		c. Sympathy and Empathy	1c.
		d. Adapting to Diverse Settings	1d.
	2. Social Development	a. Building Relationships with Others	2a.
		b. Respecting Similarities and Differences	2b.

### جرب هذه الأفكار في المنزل لدعم التطور الاجتماعي والعاطفي:

- **نظم نفسك.** غالبًا ما يحتاج الأطفال في هذا العمر إلى المساعدة والدعم من شخص بالغ عندما يهدأون. وأفضل طريقة لمساعدة الطفل على الهدوء هي الحرص على أن تكون أيضًا هادئ (منضبط) وقادر على دعمه.
- **حدد المشاعر.** التحدث مع طفلك حول ما يشعر (وتشعر) به والسبب وراء شعورك بذلك سيساعده على التعرف على مشاعره. تعليمه على ملاحظة ما يُهدئه (أي العناق، منحه بعض المساحة، لعبة) عندما تكون مشاعره جياشة سيساعده على التحكم في مشاعره أو تنظيمها.
  - كن قدوة له في التعبير عما تشعر به حتى يكتسب أمثلة على اللغة لاستخدامها عندما يحاول التحدث.
  - قدم أمثلة على الأمور التي تقوم بها للمساعدة في تنظيم مشاعرك حتى يكون لديه أمثلة على الاستراتيجيات التي يمكنه استخدامها لنفسه.
  - على سبيل المثال، يمكنك تعليمه عن طريق التعبير عن الآتي، "أنا غاضب لأنه أخذ لعبتي. أحتاج إلى عناق".
- **أنشئ مساحة يستطيع طفلك فيها التعبير عن مشاعره.** يمكن أن تكون مكانًا في غرفته أو حصنًا من الوسائد على الأريكة. ويجب أن يكون مكانًا شارك في اختياره أو إنشائه.
  - استمع بفاعلية إلى طفلك وحاول فهم مشاعره.
- **استخدم الألعاب المحشوة أو المحبوبة أو الدمى للتدرب على التحدث عن المشاعر من خلال اللعب.** قد يكون من الصعب على طفلك أن يبدأ في التحدث عن مشاعره على الفور. ولكن إذا قمت باللعب الإبداعي باستخدام الألعاب المحشوة أو الدمى، فقد يجد أنه من الأسهل التعبير عن مشاعر واستراتيجيات التنظيم للشخصية التي يتظاهر بأنه يمثلها.



وسيمنحهم شعورًا بالاتجاه نحو هدف والأخذ بزمام الأمور.

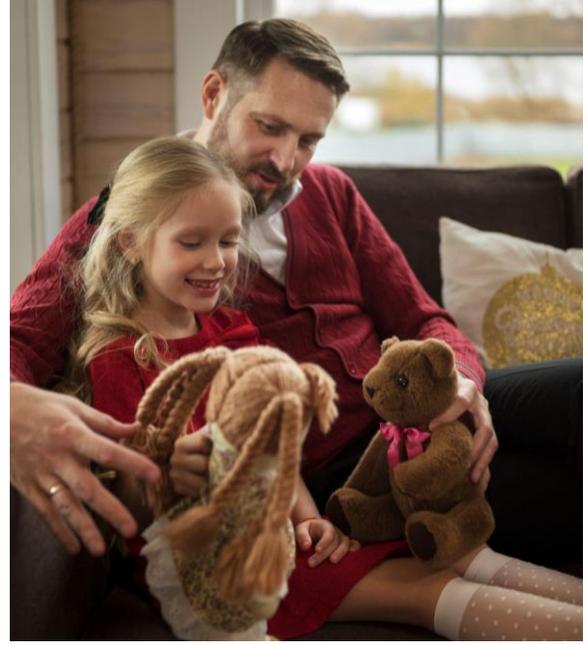
- على سبيل المثال: "هل تريد ارتداء القميص الأحمر، أو القميص الأزرق، أو القميص الأرجواني اليوم؟"
- "هل تريد أن تتسلل على رؤوس أصابعك أو تدوس على قدميك إلى الحمام وقت الاستحمام؟"

- **كن قدوة في التوضيب!** إن التوضيب بعد اللعب ووضع الأشياء في أماكنها هي خطوات أولى مناسبة للعمر لاكتساب حس المسؤولية. حدد روتينًا حول إعادة الأشياء إلى مكانها والتوضيب. وفي بعض الأحيان، قد يساعد تشغيل أغنية أو تشغيل عداد الوقت في جعل الأمر أكثر متعة!



الصورة من فريبك

- **كن قدوة لطفلك في دعوته للعب معك، أو اجعله يتدرب على دعوتك للعب معه.** ذكّره بتقديم نفسه ثم قل له، "هل تريد اللعب معي؟"
- **شجّع طفلك على دعوة الآخرين للعب.** إن دعوة الأطفال الآخرين للعب، أو المشاركة في اللعب مع أطفال آخرين، خطوتان أوليتان نحو بناء صداقات قوية.
- **تناوب على لعب دور القائد والتابع في اللعب مع طفلك.** تابعه في أثناء اختياره للنشاط



الصورة من فريبك

- **في أثناء قراءة قصة مع طفلك، أو بعد قراءتها، اطرح عليه أسئلة حول القصة.**
  - على سبيل المثال، يمكنك أن تسأل: "لماذا تعتقد أن الشخصية فعلت هذا؟"
  - "لماذا كانت تشعر بالحزن؟"
  - "في ماذا تفكر هذه الشخصية؟"
  - "ماذا ستفعل لو كنت هذه الشخصية؟"
- **امنح الطفل فرصًا للاختيار من خلال اللعب.** يتخذ الأطفال الكثير من القرارات طوال يومهم، وخاصةً في أثناء وقت اللعب. ومن المهم أن يكون لديهم إحساس بما يحبونه وما يريدونه، حتى يتمكنوا من الشعور بالثقة في اتخاذ خيارات مختلفة عن أقرانهم.
- **امنح الطفل فرصًا للاختيار من بين خيارات الحياة اليومية.** قدم لطفلك خيارين أو ثلاثة خيارات مناسبة للاختيار من بينها طوال يومك. حيث سيساعدهم ذلك على تعلم كيفية اتخاذ القرارات التي يشعرون أنها مناسبة لهم،



- **اعمل على بناء مهارات اللغة والدفاع.** شجّع طفلك على استخدام الكلمات أو استراتيجيات التواصل لطلب ما يريده أو يحتاج إليه.
- على سبيل المثال: إذا حمل طفلك وجبة خفيفة لفتحها، اسأله "كيف يمكنني المساعدة؟" أو "هل تحتاج إلى شيء؟" لتحفيز المزيد من اللغة أو التواصل.
- الأطفال من النوع الذي يفرز الأمور بطبيعته، ويحاولون فهم عالمهم. **ادعم الأطفال في ملاحظة وتسمية أوجه التشابه والاختلاف داخل أسرهم ومجتمعهم.**
- يمكن أن تكون أوجه التشابه والاختلاف في لون البشرة، أو الأعياد/الفعاليات الثقافية التي تلاحظ، أو أنواع الطعام الذي يُتناول، وما إلى ذلك.
- بخلاف الأسرة والمجتمع، يمكنك استكشاف الكرات الأرضية وخرائط العالم مع طفلك لمعرفة المزيد عن أوجه التشابه والاختلاف بين شعوب العالم. راجع المجال الفرعي للعلوم الاجتماعية في نهاية هذه الوثيقة للحصول على مزيد من المعلومات حول هذا الموضوع.

- والأدوار التي ستلعبانها معًا. ثم يأتي دورك! يُرجى زيارة موقع [NPR.org](http://NPR.org) لمعرفة المزيد عن "وقت اللعب لمدة 5 دقائق".
- **علم الأطفال القواعد.** غالبًا ما يقضي الأطفال وقتًا في أماكن مختلفة كثيرة؛ المنزل والمدرسة والملعب ومتجر البقالة وما إلى ذلك. لذا، من المهم أن يتمكنوا من الاستماع إلى شخص بالغ واتباع قواعد السلامة، حتى يشعروا بالأمان ويكونوا آمنين في جميع الأماكن التي يذهبون إليها.
- **السلامة:** إن ممارسة قواعد السلامة طوال الوقت يمكن أن يساعد الأطفال على معرفة كيفية اتباعها حتى عندما يكونون متحمسين للغاية أو منزعجين. ويمكن أن تبدو الممارسة مثل لعبة!
- على سبيل المثال: أنشيء لعبة البحث عن الكنز أو اذهب "للاستكشاف" في جميع أنحاء المنزل، واجعل طفلك يتدرب على التوقف دون أي حركة عندما تقول "توقف"، أو الالتفاف للنظر إليك من أي مكان يكون فيه عندما تنادي اسمه.



## أساليب التعلم واللعب

### Standards for Approaches to Learning and Play

Domain	Goal Topic	Element	Code
Approaches to Learning and Play	3. Mindset	a. Engagement	3a.
		b. Persistence	3b.
		c. Initiative	3c.
		d. Curiosity	3d.
	4. Executive Functions	a. Reflections	4a.
		b. Problem Solving	4b.
		c. Flexibility	4c.
	5. Creativity, Invention, and Imagination	a. Visual Arts	5a.
		b. Movement and Dance	5b.
		c. Music	5c.
		d. Dramatic Play and Expression	5d.

### جرب هذه الأفكار في المنزل لدعم التعلم واللعب الهادف:

الصورة من فريبك

- **علم طفلك المثابرة ومهارات حل المشكلات.** إذا كان يواجه صعوبة في شيء ما (ارتداء سترته، أو العثور على لعبة، أو فتح وجبة خفيفة)، فتحدث معه حول المشكلة بدلاً من حلها له.
  - على سبيل المثال: "حسنًا، ما الخطوة الأولى لإغلاق سحاب سترتك؟"
  - "هل تتذكر أين رأيت لعبتك آخر مرة؟ دعنا نعيد خطواتك."
  - "عندما أفتح هذه، أضغط على جانبي الغلاف هكذا. جرب الآن!"
- **عبّر عما يدور في ذهنك عندما تمر بلحظات يتعين عليك فيها حل المشكلات وأن تكون مرتًا في يومك.** وإذا كنت تشعر بالإحباط لأنك تأخرت أو نسيت شيئًا، فشارك طفلك هذا.

- **امنح طفلك وقتًا للمشاركة في اللعب المفتوح** (البناء باستخدام الكتل أو المواد المعاد تدويرها، الرسم، اللعب التخيلي). دع طفلك يختار ما يلعب به ويفكر في أفكار بمفرده (أو معك) لمساعدته على الشعور بالإثارة.
  - إذا قال طفلك إنه يشعر بالملل، ساعده في التفكير في أفكار قد تحافظ على الاستمرار في اللعب بنفس النشاط. والملل يمكن أن يؤدي غالبًا إلى الإلهام!



ثم تحدث عن عملية تفكيرك في أثناء تنظيم نفسك.

○ على سبيل المثال: "أوه لا، كنت أقصد شراء الحليب من المتجر لتناول الإفطار! أشعر بخيبة أمل شديدة، لكن الأخطاء تحدث وسأتنفس بعمق بينما أفكر في خطة جديدة لما يمكننا تناوله."

● **ساعد طفلك على تقييم المخاطر في أثناء اللعب، سواء في داخل المنزل أو في المناطق المفتوحة.** بدلاً من قول "كن حذرًا!" عندما يلعب، ساعده على تعلم ملاحظة الطرق التي يمكنه من خلالها تحدي نفسه مع الشعور بالأمان والراحة.

○ على سبيل المثال: "ألاحظ أن برج المكعبات الخاص بك أصبح مرتفعًا للغاية ويتميل. إلى أين يمكنك التحرك حتى إذا تحطم فلن تصاب بالمكعبات؟" أو "أنت تركز كثيرًا على التسلق! مع تحريك قدميك، ادفع لأسفل برفق في كل مكان جديد تخطو عليه للتأكد من أنك لن تنزلق."

● **شجّع الفضول!** لن تتمكن من الإجابة عن كل سؤال يطرحه طفلك، ولكن يمكنك تقبل فضوله وإرشاده إلى كيفية إجراء البحث.

○ أمثلة: "أنا في الواقع لا أعرف إجابة هذا السؤال، هل يجب أن نبحث عنه معًا؟" أو "أنت تطرح أسئلة لتتعرف على العالم من حولك. إن الفضول مهارة عظيمة!"

● **امنح طفلك فرص ليكون مبدعًا.** يمكن أن يكون ذلك من خلال الرسم أو التلوين أو اللعب التخيلي أو الرقص معًا في المنزل أو سرد القصص معًا. وعلق الأعمال الفنية التي يصنعها طفلك في منزلك. ثم ساعد طفلك على تعلم التأمل في عملية

تفكيره من خلال طرح الأسئلة أو التعليق على إبداعاته.

○ أمثلة: "لاحظت أنك تستخدم ألوانًا كثيرة." ○ "لماذا اخترت إضافة اللون الأزرق إلى عملك الفني؟"

○ "بماذا تشعر عند سماع هذه الموسيقى؟" ● **ارتد ملابس ومثّل قصة.** اختر قصة مع طفلك لتمثيلها. اطلب منه المساعدة في تحديد الشخصيات التي ستؤدي دورها واختيار الأزياء. امنح طفلك فرصة لاتباع أفكارك لتمثيل القصة، وتأكد من حصوله أيضًا على فرصة للتحكم في الموقف وإعطائك أفكارًا لتتبعها في أثناء أدائك.

● **ابن مهارات الأداء التنفيذي بإجراء الأنشطة الآتية:**

○ إنشاء روتين وقت النوم والصبح حتى يعرف الأطفال ما يمكن توقعه ومتى،

○ إعداد قوائم،

○ تقسيم المهام إلى مهام أصغر،

○ استخدام نظام المكافآت،

○ الحصول على فترات راحة متكررة للمساعدة في تنظيم الحالة المزاجية والتركيز،

○ لعب الألعاب التي تتطلب استراتيجية مثل "Simon Says" (سيمون يطلب) و"Duck Duck Goose" (طاق طاق طاقية) وألعاب الطاولة وألعاب الورق،





الصورة من فريبك

- حل الألغاز للمساعدة في تطوير المرونة
- المعرفية والذاكرة العاملة،
- اللعب بالمكعبات،
- اللعب التخيلي، و
- استخدام مؤقت لمساعدة الأطفال على فهم التوقيت المادي للمهام بشكل أفضل.
- **امنح الأطفال فرصة لحل المشكلات، فذلك يرسخ فيهم المثابرة والثقة بالنفس!**



## اللغة وتعليم القراءة والكتابة

### Standards for Approaches to Early Language and Literacy

Domain	Goal Topic	Element	Code
Language and Literacy	6. Speaking and Listening	a. Comprehension and Collaboration	6a.
		b. Presentation of Knowledge and Ideas	6b.
	7. Knowledge of Language	a. Conventions of Standard English	7a.
		b. Vocabulary Acquisition and Use	7b.
	8. Foundations of Early Literacy	a. Print Concepts	8a.
		b. Phonological Awareness	8b.
		c. Phonics and Word Recognition	8c.
		d. Key Ideas and Details	8d.
		e. Craft and Structure	8e.
		f. Integration of Knowledge and Ideas	8f.
		g. Fluency	8g.
	9. Writing	a. Composing for Audience and Purpose	9a.
		b. Process and Production	9b.
		c. Inquiry to Build and Present Knowledge	9c.

### جرب هذه الأفكار في المنزل لدعم اكتساب اللغة وتعليم القراءة والكتابة:

- اقرأ كتب وتحدث عنها: اللغة الشفوية والمفردات مهمة في تنمية لغة الأطفال وتعليمهم القراءة والكتابة. تساعد قراءة الكتب (أو الاستماع إليها) ورواية القصص والتحدث مع طفلك حول مجموعة متنوعة من المواضيع، على تحصيل مجموعة كبيرة من المفردات. وهذا يساعد الطفل على أن يصبح قارئًا و كاتبًا مُتمكّنًا.
  - في أثناء القراءة مع طفلك، أشير إلى عنوان الكتاب بإصبعك وحدد غلاف الكتاب.
  - أشير إلى الحرف والكلمة في أثناء القراءة.
  - كن قدوة في طريقة التعامل مع الكتب وقلب صفحة واحدة بلطف في كل مرة.
- اترح أسئلة مفتوحة في أثناء التحدث مع طفلك، أو بعد قراءة قصة له.
  - على سبيل المثال: "برأيك، كيف كان شعور الشخصية؟" و"لماذا؟"
  - "ماذا ستفعل لو كنت هذه الشخصية؟"
- احتفظ بمجموعة متنوعة من أدوات الكتابة والمواد المتوفرة في المنزل؛ منها أقلام التحديد والأقلام الرصاص وأقلام التلوين. شجع الأطفال على الرسم والتلوين وتتبع الأشياء.
  - ساعد الأطفال على تعلم كتابة حروف أسمائهم.
- ارسم صورة أو اكتب رسالة للأصدقاء والعائلة.



- استخدم الكلمات لبناء الوعي الصوتي، وهي مهارة أساسية قبل القراءة والكتابة. على سبيل المثال، يمكنك:

○ تغيير الصوت الأول في الكلمات إلى صوت مختلف لتكوين كلمات/قوافي جديدة.

○ دَوِّن أول وآخر صوت تسمعه في الكلمات.

- مارس لعبة القفز على الوسادة الأبجدية: ضع حرفًا على كل وسادة واقفز من وسادة إلى أخرى، مع تسمية كل حرف.

● جَرِّب لعبة البحث عن الكنز للبحث عن الحروف أو الأشكال أو الألوان أو الأصوات الأولية.

- ألقِ وارسم. احكِ لطفلك قصة قصيرة تنطوي على بداية ووسط ونهاية واضحة، واكتبها. ثم ارسم عناصر القصة معًا. بعد الانتهاء، دع طفلك يروي قصة تكتبها، ثم ارسم عناصرها معًا مرة أخرى.

○ يمكنك طرح بعض الأسئلة في أثناء سرد قصته للمساعدة في الإبداع والاتساق.



الصورة من فريبك

- العبا "القصة الجماعية". ابتكر قصة مع طفلك، وتناوبا على حكاية القصة والاستماع إليها.

○ على سبيل المثال، "ذات مرة كانت هناك غوريلا وأميرة. وقد خرجا في نزهة.



الصورة من فريبك

- العب لعبة "Letter I Spy" (الحرف الذي أراه) مع طفلك. اختر حرفًا (ابدأ بالأحرف الموجودة في اسمه) للبحث عنه في الكتب أو على لافتات الشوارع أو في محل البقالة أو في جميع أنحاء المنزل.

● غنِّ أغاني مقفاة أو ألقِ قصائد أو العب لعبة لمعرفة عدد الكلمات المقفاة التي يمكنك التوصل إليها مع طفلك. واستمع إلى الموسيقى وانظر ما إذا كان بإمكانك تحديد أي قوافي في الأغاني.

- ابدأ لعبة "البحث عن الأصوات". قَدِّ صوتًا يصدره حرف واطلب من طفلك البحث في غرفته أو المنزل عن أشياء تبدأ بهذا الصوت. واحرص على منحه فرصة لتقليد صوت لتبحث عنه.

○ على سبيل المثال، "حسنًا، هذا هو الصوت: "سسسس" مستعد، ابدأ!" ثم يعثر الطفل على أشياء مثل سمكة، سماعات، ستارة، وما إلى ذلك.

○ تذكر أن هذا البحث عن الأصوات وليس عن الحروف، لذا إذا كانوا يبحثون عن أشياء تبدأ بصوت //k، فإن العثور على "crayon" (قلم تلوين) و"kite" (طائرة ورقية) كلاهما صحيح.



"ثم بدأت الغوريلا في اللعب مع الجراء  
أيضًا. لقد كانوا في حفلة نزهة للجراء! كان  
الأمر ممتعًا، لكنهم كانوا ما يزالون  
جائعين. ثم ماذا حدث؟"....

فتحت الغوريلا سلة مستلزمات النزهة،  
ونظرت الأميرة فيها وقالت، "ياي!" ثم  
ماذا حدث؟" ثم وضعت الأميرة يديها في  
السلة وأخرجت... الجراء! قفزوا عليها  
ولحسوا وجهها وأسعدوها. ثم ماذا حدث؟"



## النمو والصحة البدنية

### Standards for Physical Development and Health

Domain	Goal Topic	Element	Code
Physical Development and Health	10. Wellness	a. Health Knowledge and Practices	10a.
		b. Physical Health Status	10b.
		c. Nutrition	10c.
		d. Safety	10d.
	11. Motor Skills and Movement Patterns	a. Fine Motor	11a.
		b. Gross Motor	11b.

### جرب هذه الأفكار في المنزل لدعم النمو والصحة البدنية:

- تحدث عن مهام النظافة الشخصية مثل غسل اليدين وتنظيف الأسنان واستخدام المناديل. وشرح لماذا نفعل هذه الأشياء، وكيف يساعد الالتزام بها في الحفاظ على صحتنا وصحة من حولنا.
- تحدث في أثناء أوقات الوجبات والوجبات الخفيفة عن الأطعمة التي يتم تناولها، وأخبره بأي فوائد صحية.
  - على سبيل المثال، يمكنك أن تقول: "يحتوي هذا الخبز على الكربوهيدرات، وهذا يمنح عضلاتك الطاقة."
  - "يحتوي عصير البرتقال على فيتامين سي، الذي يمنح جسمك مناعة لمحاربة الجراثيم والفيروسات، ويساعد في الحفاظ على صحتك."
  - "الكوكيز تجعلك سعيدًا، لكنها في الحقيقة لا تحتوي على أي شيء يجعل جسمك صحيًا، لكننا سنظل نأكل واحدة لأن الابتسامة مهمة أيضًا."
- عزز السلامة من خلال تذكير طفلك بأن الطعام فقط هو الذي يجب أن يدخل فمه، وأخبره بالأشياء التي لا يجب أن تدخل فمه أو يتناولها:
  - الطعام الموجود على الأرض،
  - الألعاب والأشياء الصغيرة الأخرى التي لا تعتبر طعامًا (على سبيل المثال، الأزرار والعملات المعدنية)،
  - العجين، والغراء، وأقلام التلوين،



الصورة من فريبك

- ناقش الصحة البدنية. أعط طفلك مفردات لغوية يستخدمها للتحدث عن صحته، ومنها:
  - الجروح والخدوش والصددمات والكدمات،
  - المرض وأعراض المرض،
  - (عندما يبكي بعد حادث مثل السقوط) الفرق بين الدموع بسبب الألم/الإصابة والدموع بسبب الخوف من الحادث.



○ تُعدُّ الدُمى التي تصنعها أيضًا أداة لعب مفيدة لممارسة أنواع مختلفة من مهارات الاتصال.

- شجِّع الأطفال على التلوين والرسم على الورق
- شجِّع الأطفال على استخدام الملاعق والشوك بشكل مستقل.



الصورة من فريبك

- خصِّص وقتًا إضافيًا في الصباح للأطفال لارتداء ملابسهم بشكل مستقل: إدخال أزرار، وشد السحاب، والربط، وارتداء الأحذية، وارتداء الملابس.
- يمكن للأطفال بناء عضلات يد قوية وتطوير مهارات التنسيق بين اليد والعين من خلال فرز الأزرار حسب اللون أو الحجم.
- شجِّع طفلك على حل الألغاز.
- انزع قشرة الملصقات واصنع ملصقات مجمعة.
- ادمع التطور الحركي من خلال جعل الطفل يساعد في المهام الأسرية اليومية مثل:
  - تحضير المائدة وصب الحليب،
  - المساعدة في تغيير بكرات ورق الحمام،
  - تجميع الملابس وطيها ووضعها في أماكنها،
  - التنظيف بعد وقت اللعب.

○ أطراف أقلام التحديد وأقلام الحبر وأقلام الرصاص،

○ سوائل ومساحيق التنظيف.

- اصرف الأطفال عن استخدام أفواههم وأسنانهم باعتبارها أدوات لفتح الأشياء، أو لمضغ أشياء مثل المصاصات وأغطية الأقلام/أقلام التحديد.

- درب طفلك على تحديد مخاطر السلامة البدنية، وساعده في التفكير في أفكار لتجنب تلك المخاطر.

○ على سبيل المثال، "قد يساعدك التسلق على الأثاث للوصول إلى شيء مرتفع في الوصول إليه، ولكنه أمر خطير بعض الشيء لأنك قد تسقط. تعتبر المقاعد ذات الدرج طريقة أكثر أمانًا للوصول إلى الأشياء المرتفعة لأن هذا هو الغرض منها. ماذا يمكنك أن تفعل أيضًا للحصول بأمان على شيء في مكان مرتفع؟"

- ساعد طفلك على تحديد البالغين الآمنين، والشعور بالراحة في التحدث عن صحته البدنية مع هؤلاء البالغين. ومن المهم أن يتمكن طفلك من الشعور بالراحة في التحدث عن صحته البدنية مع البالغين خارج المنزل مثل معلميه ومقدمي الخدمات وممرضات المدرسة.

- مارس تنمية المهارات الحركية الدقيقة من خلال الحرف اليدوية والدُمى! إن صنع الحرف اليدوية واختراع أشياء من مواد معاد تدويرها وصنع دُمى الجوارب والأصابع تمثل طريقة رائعة لتعزيز تنمية المهارات الحركية الدقيقة بطريقة ممتعة وإبداعية. فعند الانتهاء، سيكون لديك أنت وطفلك أيضًا أشياء جديدة ممتعة ومثيرة للعب بها معًا!



- بشكل عام، يمكن دعم المهارات الحركية الكبرى في المنزل من خلال مجموعة متنوعة من الأنشطة، منها:
  - استخدام شريط لاصق أو طباشير لصنع عارضة توازن للمشي والرقص والتسلق والقفز على الترامبولين،
  - تشجيع الأطفال على أداء أعمال منزلية مثل الكنس والمسح وغسل الأطباق،
  - ممارسة لعبة سيمون يطلب،
  - اللعب في الفناء،
  - تقليد حيوانات مختلفة في المشي،
  - الرسم على القطران بالطباشير.



## التطور المعرفي

يشير التطور المعرفي إلى مهارات الطفل وقدرته على التفكير والاستدلال والفهم ومعالجة المعلومات. وسوف تساعد الأنشطة الموجودة أدناه طفلك على تطوير مهارات حل المشكلات والذاكرة والانتباه والوعي المكاني والقدرة على اتباع التعليمات. وينقسم هذا المجال إلى 3 مجالات فرعية وارده أدناه.

### Standards for Mathematical Practices and Reasoning

Domain	Sub Domain	Goal Topic	Element	Code
Cognitive Development	Mathematical Practices and Reasoning	12. Numeracy and Operations	a. Mathematical Practices	12a.
			b. Counting and Cardinality Cluster	12b.
			c. Operations and Algebraic Thinking	12c.
		13. Geometric Reasonings	a. Geometry	13a.
			14. Statistical Reasonings	a. Measurement and Data

### جرب هذه الأفكار في المنزل لدعم تطور الرياضيات:

- عد الأشياء المستخدمة يومياً. عد الألعاب
- والأصابع وأصابع القدمين والخطوات في أثناء المشي والأشياء من حولك.
- ابحث عن الأرقام في جميع أنحاء منزلك أو في أماكن مثل متجر البقالة.
- غنّ أغاني العد لممارسة العد بالترتيب.
- اطلب من طفلك العثور على أشياء في الغرفة تتطابق مع أشكال مختلفة مثل الدوائر والمربعات والمستطيلات والمثلثات.
- ابن أنماط بالدمى مستخدماً الألوان والأشكال.
- العب لعبة "أنا المح" بالألوان والأشكال والأرقام.
- اطبخ مع طفلك! قم بقياس المكونات، وعدّها، وتحدث عن "المزيد" و"الأقل".
- قارن بين أحجام الألعاب: أكبر وأصغر.
- استخدم أكواباً وحاويات مختلفة الحجم عند اللعب في الماء.
- العب ألعاب لوحية بسيطة تتضمن العد.
- استخدم المكعبات لبناء الأبراج والمنشآت وتدرّب على عد المكعبات. إذا لم يكن لديك مكعبات في المنزل، يمكنك استخدام أي شيء: علب الحبوب، أو العناصر القابلة لإعادة التدوير، أو الكتب، أو الوسائد، أو البطانيات الملفوفة.
- شكّل عجينة اللعب بأشكال مختلفة.
- شجّع طفلك على إيجاد حلول مختلفة للمشاكل.
- اخرج في رحلة بحثية علمية في منطقة مفتوحة. استكشف الطبيعة مع طفلك، وابحث عن أشياء معينة تحدث بشكل طبيعي في منطقتك، على سبيل المثال البلوط، والفطر، والهندباء، وما إلى ذلك. أحضر قطعة من الورق وشيئاً للكتابة به، واصنع أعمدة واكتب الأشياء المختلفة التي تبحث عنها، واطلب من طفلك إحصاء العناصر التي وجدها.





- بعد الانتهاء من البحث، عدّ العناصر مع طفلك لترى أكثر الأشياء التي وجدتها.

الصورة من فريبك

#### Standards for Scientific Reasoning

Domain	Sub Domain	Goal Topic	Element	Code
Cognitive Development	Scientific Reasoning	15. Scientific Practices and Reasoning	a. Exploration	15a.
			b. Application of Science Concepts and Practices	15b.
		16. Physical Science and Engineering	a. Motion and Stability: Forces and Interactions	16a.
			b. Engineering	16b.
		17. Earth Science	a. Earth Systems	17a.
			b. The Earth and Human Activity	17b.
		18. Life Science	a. Organisms: Structures and Processes	18a.

#### جرب هذه الأفكار في المنزل لدعم تطور الاستدلال العلمي:

- ارتد ملابس اللعب ودع طفلك يقفز في البرك والطين! قد تبدو علوم الأرض وكأنها استكشاف خارجي في هذا العمر.
- اخرج في جولة في يوم ممطر وابحث عن الديدان.
- العب بالماء. استكشف الغرق والطفو.
- ابن منحدرات بمواد مختلفة في منزلك، مثل أنابيب المناشف الورقية أو غيرها من المواد المعاد تدويرها.
- راقب العالم من حولك. اسرد ما تلاحظه بقول أشياء مثل، "أرى الأشجار تتحرك"، أو "أشعر بدفء الشمس على بشرتي".
- نفذ تجارب علمية بسيطة مثل خلط الألوان، أو مراقبة نمو النباتات، أو استكشاف المغناطيس.
- تجوّل في الطبيعة وناقش الملاحظات حول النباتات والحيوانات والطقس.



الصورة من فريبك



- تركه ينفذ العمل سيمنحه الثقة ويساعد في تقوية العضلات الحركية الدقيقة.
- لا بأس من مساعدته في إصلاح بعض الطيات حتى تُحلق الطائرة بشكل أفضل، ولكن دعه يحاول أولاً.
- **تحدث عن إعادة التدوير** وكيف يمكن أن يساعد المجتمع والأرض. واذكر أهمية وضع القمامة في صناديق القمامة وعدم إلقائها.

- استخدم عدسات مكبرة لفحص الأشياء الصغيرة.
- اصنع طائرات ورقية. اعملًا معًا على تخمين ما سيحدث عندما تُطوى زوايا الأجنحة لأعلى. ثم اكتشف ذلك من خلال تحليق الطائرات! ماذا يحدث عندما تُطوى الزوايا لأسفل؟ ماذا يحدث عندما تكون زاوية لأعلى والأخرى لأسفل؟
- عند صنع الطائرات الورقية، تأكد من ترك طفلك يطوي الورق بنفسه. حيث إن

#### Standards for Social Sciences

Domain	Sub Domain	Goal Topic	Element	Code
Cognitive Development	Social Sciences	19. People, Communities, and their Environment	a. Civics and Government	19a.
			b. Economics	19b.
			c. Geography	19c.
			d. History and Culture	19d.

#### جرب هذه الأفكار في المنزل لدعم تطوير العلوم الاجتماعية:

- ناقش مشاعر الشخصيات في الكتب. اسأل طفلك عما إذا كان قد شعر بالطريقة نفسها التي شعرت بها الشخصية.
- تجول في الحي وأشير إلى أنواع مختلفة من المنازل والمعالم (سواء كانت طبيعية أو من صنع الإنسان).
- ناقش الوظائف المختلفة في المجتمع مثل رجال الإطفاء أو المعلمين أو الأطباء.
- مارس ألعاب التنكر متظاهرين بأنكما أشخاص مختلفين في المجتمع مثل أمناء المكتبات أو سائقي الحافلات أو عمال البناء.
- مارس اللعب التخيلي واستكشف الأدوار والمواقف المختلفة مثل اللعب في المنزل، أو التظاهر بالذهاب إلى الطبيب، أو التظاهر بالتسوق من البقالة.
- عندما تزور مكتبتك المحلية، فكر في اختيار الكتب التي تحتوي على شخصيات متشابهة ومختلفة عن الأشخاص في عائلتك.
- أنشئ شجرة عائلة بسيطة مع صور لأفراد مختلفين من العائلة.



الصورة من فريبك

- ناقش التقاليد أو الأمور الخاصة التي تفعلها مع طفلك. لكل شخص ثقافة وتقاليد معينة. اذكر بعض التقاليد التي تقوم بها الأسرة والتي تعد جزءًا من ثقافتك. نَقِّدْ زيارةً إلى مكتبك المحلية للعثور على كتب عن ثقافات أو مجتمعات أو أعياد أخرى قد تكون مختلفة عن ثقافتك.
- انظروا إلى خريطة معًا. أشير إلى أماكن وعناصر مختلفة.
- اتبع خريطة أثناء المشي أو ارسم خريطة لحيك.
- استخدم خريطة أو كرة أرضية للعثور على مواقع الأماكن التي نشأت منها الثقافات والأعياد التي تحدثت عنها أعلاه.

○ ساعد في اختيار الأشياء التي يجب ارتداؤها للوظائف التي يتم تمثيلها، وتأكد من أن طفلك يتدرب على ربط أو تركيب أزرار أو سحاب ملابسه.

- اظهيا معًا. ادرس تاريخ أو الأهمية الثقافية للطعام الذي تتناولوه. ابحث عن مصدر الأكلة. وفكر في طرح السؤال:
  - "أين نمت هذه الذرة؟"
  - "من أين نشأ هذا الطعام؟"

