

مرحباً أيها الآباء والأمهات:

لم يخرج الكثير منا مؤخرًا للخارج ولكن مع ذلك من المهم إضافة «وقت خارج البيت» إلى جداولنا اليومية للحصول على بعض الهواء النقي. الخروج وإستكشاف الطبيعة يمنح الأطفال العديد من الفوائد. إنه يعزز الإبداع والخيال ، ويوفر تحفيزًا مختلفًا ، ويبني الثقة ، ويقلل من الإجهاد والتعب. كما أنه يساعد الأطفال على تعزيز فهمهم الجسدي ومهاراتهم الحسية. إذا كنت حذرًا من الخروج بسبب فيروس كورونا، فأنت هذه المنشرة توفر أنشطة تساعد الأطفال على إكتشاف الطبيعة في داخل أو خارج المنزل.

نشاطات:

الأطفال الرضع (من ٣-١٨ شهرًا)

أنشطة الخارجي: إكتشاف البيئة من خلال اللعب الحسي

المواد:

أشياء بيئية من الطبيعة مثل أوراق الشجر ، أزهار ، أعواد ، إلخ.

التعليمات:

إذا قررت الخروج ، اجلس طفلك على العشب. إخلع جواربه للتمتع بتجربة حسية كاملة. أحضر لطفلك أشياء من البيئة التي من حولك مثل العصي ، الزهور ، إلخ. عندما يلمس طفلك الأشياء ، قم بتسمية كل منها وتحدث عنها.

نشاط داخلي حقيبة أوراق الشجر والزهور الحسية

المواد:

كيس الفريزر زيبوك المتين أو كيس زيبوك مزدوج

أوراق الشجر أو أزهار

شريط لاصق

ماء

التعليمات:

صب بعض الماء داخل الكيس. أضف بعض أوراق الشجر أو الزهور في داخل الكيس. أغلق الكيس وإلصق الأجوانب حتى لا يتمكن طفلك من فتحه. أعطه لطفلك واجعله يلمس ويستكشف الحقيبة الحسية.

للمزيد من أنشطة الطبيعة لطفلك إضغط [هنا](#)

الأطفال الصغار (من ١٩ شهرًا - ٢.٥ سنوات)

أنشطة الخارجي: القيام بنزهة

المواد:

حقيبة صغيرة أو كيس

التعليمات:

أذهب في نزهة حول الحي مع طفلك. أطلب من طفلك أن يجمع بعض المواد من الطبيعة مثل أوراق الشجر ، أزهار ، صخور ، إلخ. تأكد من تسمية الأشياء التي يجمعها طفلك. اشرح أيضًا ما تراه في الخارج على سبيل المثال: «الشمس مشرقة جدًا اليوم» أو «لقد وجدت زهرة حمراء».

نشاط داخلي: قطع أوراق الشجر / الزهور

المواد:

مقص (ياشراف الأهل)

الزهور وأوراق الشجر التي جمعتها في الخارج

التعليمات:

لتعزيز مهاراتهم الحركية الدقيقة ، إجعل طفلك يستخدم مقصًا لقص أوراق الشجر والزهور. أثناء قص طفلك للمواد ، علق على حجم القطع أو صغرها.

للمزيد من أنشطة الطبيعة لطفلك إضغط [هنا](#)

أطفال عمر ما قبل المدرسة (من ٢.٥-٥ سنوات)

أنشطة الخارجي Scavenger Hunt

المواد:

كيس أو حقيبة

ورق رسم

أقلام تلوين

التعليمات:

أخبر طفلك أنك ذاهب إلى الخارج للبحث عن مواد من الطبيعة وأسأله عما يرغب في جمعه. أطلب من طفلك رسم العناصر على ورق. بجانب الرسوم ، حدد عدد المواد المراد جمعها على سبيل المثال: ٨ أوراق شجر و ٥ زهور إلخ. أخرج في نزهة حول الحي وإبحث معًا عن مواد من القائمة التي قمت بإنشائها. عند العودة إلى المنزل ، ضع الأشياء على الطاولة ، ثم قم بالتحدث عنها لطفلك.

نصيحة اليوم:

عند الخروج ، تأكد من وجود مسافة مترين (٦ أقدام) عندما تمر من جانب الآخرين وإرتدي قناعاً للوجه.

كُن على علم بالبيئة الخارجية وقم بتخطيط الأنشطة لطفلك بناءً على ذلك (على سبيل المثال ، في الربيع خطط نشاطاً حول المطر والماء).

نشاط داخلي: زهور مجمدة

المواد:

زهور

ماء

صينية مكعبات الثلج

وعاء بلاستيك كبير

كوب

التعليمات:

إختر بعض الزهور من الخارج مع طفلك.

إطلب من طفلك قطع جذع الزهور ووضع الزهور داخل كل مكعب في صينية مكعبات الثلج.

إطلب من طفلك ملء علبه مكعبات الثلج بالماء ، ثم ضعها في الفريزر.

عندما يتجمد الماء ، أخرج صينية مكعبات الزهور المتجمدة.

ضع مكعبات الزهور المتجمدة داخل وعاء بلاستيك كبير.

بينما يلعب طفلك بالزهور المتجمدة ، تحدث معه حول كيفية تجميد الأزهار داخل مكعب الثلج وأسأله

أسئلة على سبيل المثال: «كيف يمكننا تجميد الزهور؟».

إبدأ بإضافة الماء الدافئ باستخدام كوب إلى الوعاء المملوء بالزهور المتجمدة. تحدث مع طفلك حول كيفية ذوبان الزهور المتجمدة ببطء.

قم بزيارة افتراضية [للمتحف الوطني للتاريخ الطبيعي](#)

رياض الأطفال (من ٤ - ٦ سنوات)

أنشطة أختاري - I spy with my little eye

التعليمات:

أخرج مع طفلك للتنزه في ألحي.

وانت تمشي في الخارج، إنظر إلى شيء محدد قريب منك أو بعيد قليلاً قم قُل "I spy with my little eye" شيء أخضر ، مستدير ، طويل إلخ.

إطلب من طفلك أن يخمن ما هو الشيء.

تناوب أنت وطفلك على تخمين أشياء مختلفة.

نشاط داخلي: الأشياء التي تطفو أو تغرق

المواد:

وعاء بلاستيك كبير

أوراق ، أزهار ، صخور ، أكواز صنوبر ، إلخ

التعليمات:

إجمع الأوراق ، والزهور ، والصخور ، والصنوبر ، وما إلى ذلك أثناء المشي مع طفلك. في المنزل أملاً وعاء بلاستيك كبير بالماء.

إمنح طفلك شيئاً واحداً في كل مرة واطلب منه تخمين ما يطفو وما يغرق.

إطرح عليهم أسئلة مثل: أيهما ثقيل وأيها خفيف؟

للمزيد من أنشطة الطبيعة لطفلك إضغط [هنا](#)

أطفال عمر المدرسة (من ٦-١٢ سنوات)

النشاط الخارجي: ركوب الدراجات / أنتنزه

التعليمات:

أبحث عن طريق بالقرب من منطقتك لركوب الدراجات أو المشي لمسافات طويلة.

أثناء ركوب الدراجات أو المشي لمسافات طويلة ، تحدث إلى طفلك حول ما يراه ويشعر به ويلمسه ويشمه في الخارج.

نشاط داخلي: زراعة نباتات

المواد:

الأواني للنباتات

التربة

بذور

المجارف أو شيء من هذا القبيل لمغرفة التربة

زجاجة رذاذ مملوءة بالماء

التعليمات:

أسأل طفلك عما يرغب في زراعته.

أطلب من طفلك كتابة اسمه على الأناء.

دع طفلك يستخدم المجرفة لغرف التربة داخل الأناء حتى تمتلئ إلى الأعلى.

إجعل طفلك يضع البذور في التربة ، ثم ضع بعض التربة فوق البذور.

إطلب منهم رش التربة بالماء.

إطلب من طفلك أن ينظر إلى نبتته وأن يسقيها يومياً.

قم بجولة افتراضية في [المنتزهات الوطنية في كندا](#) وبعض [المنتزهات الوطنية في أمريكا](#)

نود أن نسمع منك! من فضلك ، أرسل لنا ملاحظتك أو تعليقاتك أو اقتراحاتك إلى عنوان البريد الإلكتروني أدناه

CHILDCAREMAIN@NCCE1.ORG



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada