

مرحباً أيها الآباء والأمهات،

مهارات الحركة الدقيقة هي القدرة على القيام بحركات باستخدام العضلات الصغيرة في اليدين والمعصمين. يعتمد الأطفال على هذه المهارات للقيام بالمهام الأساسية في الأنشطة المدرسية وكذلك في الحياة اليومية، مثل: الكتابة، والتلوين، وترزير الأزرار، وسحب السحاب، وما إلى ذلك. تطوير هذه المهارات سوف تدعم طفلك ليس فقط لإكمال المهام المهمة، ولكن أيضاً لتطوير مهارات الرعاية الذاتية والإستقلالية والتي بدورها ستؤدي إلى زيادة ثقتهم بنفسهم وتحسين أداءهم الأكاديمي. في هذه النشرة، سنوفر لك الأنشطة التي يمكن أن تساعد طفلك على تطوير مهارات الحركة الدقيقة وممارستها.

الأنشطة:

الأطفال من (٣ أشهر - ١٨ شهراً)

إكتشاف لفائف الشعر

المواد:

لفائف الشعر

التعليمات:

وفر لطفلك لفائف الشعر بأحجام مختلفة.

شجع طفلك على إكتشاف لفائف الشعر بتمرير أصابعه على سطحها الخشن، تكديسها فوق بعضها، لصقها معاً، فصلها عن بعضها، وما إلى ذلك.

راقب كيف يكتشف طفلك لفائف الشعر، إنضم إلى طفلك وإكتشف معاً.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (١٩ شهراً - ٢.٥ سنة)

صورة المصصات

المواد:

مصصات

ورق

التعليمات:

زود طفلك بالمصصات والورق.

شجع طفلك على نزع المصصات بأصابعه ووضعها على الورق.

إذا كنت تريد أن يكون هذا النشاط صعباً، أرسماً أشكالاً على الورق، وأطلب من طفلك وضع المصصات داخل الأشكال أو خارجها.

يمكنك التناوب في إختيار المصصات والعمل على الصورة معاً.

أعرض الصورة في مكان بإستطاعة طفلك رؤيتها والوصول إليها لإعطاءه الفرصة للنظر ثانية إلى عمله.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٢.٥-٥ سنوات)

إطعام الطيور

المواد:

لعبة عصفور

خيط

مقص

صينية

ملقط حواجب

التعليمات:

أدعو طفلك للعب لعبة إطعام الطيور.

قص الخيوط إلى قطع صغيرة وضعهم في الصينية، وأخبر طفلك بأنها "ديدان".

دع طفلك يستخدم الملقط لإلتقاط جميع الديدان ووضعها بجانب الطائر.

شجع طفلك على عد الديدان والتظاهر بإطعام الطيور.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٤-٦ سنوات)

إنقاذ الحشرات

المواد:

سلة

خيوط الغزل

حشرات بلاستيكية

ملاقط غسيل

التعليمات:

[إضغط هنا](#) للإستماع إلى "The Very Busy Spider" وناقش مع طفلك كيف تصنع العنكبوت شبكتها.

أعط طفلك سلة وبعض الخيوط.

شجع طفلك على نسج شبكة العنكبوت بإستخدام السلة والخيوط.

عندما تكتمل شبكة العنكبوت، أطلب من طفلك وضع الحشرات داخل الشبكة وأخبره أن الحشرات عالقة في الشبكة وتحتاج إلى من ينقذها.

دع طفلك ينقذ الحشرات بإستخدام مشابك الغسيل.

إنضم إلى طفلك في إنقاذ الحشرات، وعدّ كم حشرة أنقذ كل واحد منكم.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٦-١٢ سنة)

سلطة في الجرة

المواد:

جرة (برطمان)

خضار وفواكه مفضلة لديك (خس، جزر، خيار، فراولة، تفاح، وما إلى ذلك)

سكين

لوحة التقطيع

تتبيلة السلطة

طبق

التعليمات:

إجمع الخضار والفواكه المفضلة لديك ونظفها.

قم بتقطيع الخضار والفواكه إلى قطع صغيرة. الأطفال الأصغر سناً يجب أن يكونوا تحت إشراف شخص بالغ.

ضع جميع المكونات على طبق.

أضف 2-3 ملاعق كبيرة من تتبيلة السلطة في الجرة.

أضف أثقل المكونات أولاً، ثم المكونات الأخف وزناً، وأخيراً الألياف الخضراء.

عند الإنتهاء من وضع المكونات في الجرة، قم بتغطية جرة السلطة بالغطاء وضعها في الثلاجة إذا كنت ترغب في تناولها لاحقاً.

عندما تكون جاهزاً لتناول السلطة، هز الجرة، يمكنك تناول السلطة مباشرة من الجرة أو وضعها في طبق.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

نصيحة اليوم:

زود طفلك بمجموعة متنوعة من الأشياء الممتعة والمواد ذات النهايات المفتوحة للإستكشاف واللعب.

شجع طفلك على العزف على آلة موسيقية إذا أمكن.

أدع طفلك للطبخ معك.

إحتفظ بمواد حرفية في المنزل مثل أقلام التلوين على أنواعها ومقص وما إلى ذلك. حيث بإمكان

طفلك الوصول إليها بسهولة وشجعه على إستخدامها بشكل إبداعي.

إدعم طفلك الأصغر سناً في تعلم إستخدام أدوات الأكل أثناء تناول الطعام.

إيجاد فرص لطفلك للقيام بالأعمال المنزلية.

