

## مرحباً أيها الآباء والأمهات،

إبتدأ فصل الصيف وهناك الكثير من الفرص للخروج والإستمتاع بالطبيعة! يشجع قضاء الوقت في الخارج الأطفال على تقدير جمال الطبيعة وإستخدام مواردها الوفيرة. عندما يركض طفلك عبر العشب يطور مهاراته الحركية وحواسه عن طريق إستنشاق الهواء النقي، والإستماع إلى زقزقة الطيور، والشعور بحرارة الشمس. بالتأكيد، سيستمتع طفلك بالجمال المذهل لعالمه الطبيعي. توفر هذه النشرة الأنشطة التي يمكن القيام بها في الأماكن الخارجية، وتشجع طفلك على تقدير الطبيعة.

### الأنشطة:

#### الأطفال من ( ٣ أشهر - ١٨ شهراً )

##### طاولة مائية في الخارج

###### المواد:

وعاء كبير

ماء

أكواب بلاستيك

ألعاب ( دمي، كرات، وغيرها)

###### التعليمات:

إملاً الوعاء الكبير بالماء وضعه في الخارج.

شجع طفلك على إستكشاف الماء واللعب به.

شجع اللعب الفعلي بالماء بوضع أحجام مختلفة من الأكواب في الماء. على سبيل المثال: قد يملأ طفلك كوباً من الماء ويصبه في الوعاء، أو يصب الماء من كوب إلى آخر، وما إلى ذلك.

[إضغظ هنا](#) للإستماع إلى "Nature Song".

#### الأطفال من (١٩ شهراً - ٢.٥ سنة)

##### الحفر في التراب

###### المواد:

أدوات مطبخ صغيرة (ملاعق، أكواب، وغيرها)

ألعاب

ماء

###### التعليمات:

أخرج مع طفلك وشجعه على اللعب بالطين والتراب.

حفز طفلك على التفكير في طرق مبتكرة للعب بالطين، على سبيل المثال: صنع فطائر الطين، غسيل السيارات الموحلة، وغيرها.

إطالة لعبهم، أعط طفلك وعاءً مملوءاً بالماء لإضافته إلى الطين، أو مزجه بالرمل، والعشب، وما إلى ذلك.

[إضغظ هنا](#) لقراءة "Nature's Colours" بقلم فيبي مكغافي.

#### الأطفال من (٢.٥-٥ سنوات)

##### البحث عن الكنوز الطبيعية

###### التعليمات

إذهب مع طفلك في نزهة حول أحد الأحياء المحلية.

أثناء المشي، شجع طفلك على النظر عن قرب إلى الأشياء المألوفة مثل الحجارة والأشجار والزهور وما إلى ذلك.

إجلس مع طفلك للنظر إلى هؤلاء الأشياء الطبيعية، يمكنك التحدث عن القوام والألوان المختلفة وما إلى ذلك.

[إضغظ هنا](#) لتعلم كيفية لعب "Bug Hunt".

#### الأطفال من (٤-٦ سنوات)

##### إستكشف الحديقة المحلية

###### التعليمات:

إذهب مع طفلك إلى الحديقة المحلية.

دع طفلك يستخدم ألعاب الحديقة، مثل التسلق على الألعاب الرياضية، والجري في الملعب، وغيرها.

إعب مع طفلك ألعاباً، مثل: الركض وراءه والإمسك به أو الغميضة.

[إضغظ هنا](#) لتعلم كيفية لعب "Sensory Scavenger Hunt".

#### الأطفال من (٦-١٢ سنة)

##### المشي لمسافات طويلة

###### المواد:

حقيبة ظهر

دفتر ملاحظات

قلم رصاص

معدات المشي: أحذية مناسبة، قبعة، كريم واقي من الشمس، قنينة ماء، وجبات خفيفة، وغيرها.

###### التعليمات:

إستعد لنزهتك، إملاً حقيبة ظهرك بالأشياء اللازمة لمغامرتك.

إذهب للمشي على مسار محلي. [إضغظ هنا](#) لصورة مرجعية.

أثناء المشي، إستكشف الطبيعة من حولك، على سبيل المثال: راقب الأنواع المختلفة من الأشجار والزهور، وإنتبه لأنواع الطيور المختلفة، وما إلى ذلك.

أخرج دفتر الملاحظات والقلم من حقيبتك، أرسم المناظر الطبيعية أو أجزاء من الطبيعة التي ألهمتكم. فكر في سبب جمال المنظر بالنسبة لك.

بعد المشي، شارك رسوماتك مع الأصدقاء والعائلة.

[إضغظ هنا](#) لتعلم كيفية لعب "Frisbee Tic-Tac-Toe".

### نصيحة اليوم:

أظهر تقديرك للطبيعة أمام طفلك. على سبيل المثال: يمكنك قول، "أنظر إلى هذه الزهرة الملونة". أشرك طفلك في زراعة البذور أو النباتات وسقيها، والحفر في التراب، وقطف الفواكه والخضروات، وغيرها.

إذهب في رحلة عائلية طبيعية إلى المحميات المحلية والمتنزهات الواقعة في منطقة وينزور - أسكس. [إضغظ هنا](#) لصورة مرجعية.

