

الوالدان



nobody's perfect

استكشاف العالم من حولك

بصفتك والدًا، فإنك تؤدي دورًا مهمًا بالفعل في حياة طفلك. حيث يؤثر وقتك واهتمامك في طريقة تعلم طفلك وتصرفاته وتفاعله مع العالم من حوله.

الاستكشاف

يحب الأطفال أن يكونوا جزءًا من العالم المحيط بهم. فهم يتعلمون الكثير من خلال الاستكشاف وتجربة أشياء جديدة. عندما تصطحب طفلك معك إلى الأماكن، فإنه يتعلم كيفية التصرف من خلال مشاهدتك. فاللعب في المنتزه وتخطيط الأنشطة الترفيهية والذهاب إلى أماكن جديدة يوسع من خيال طفلك ويبنى ثقته بنفسه.

خوض المخاطر

فمحاولة تجربة أشياء جديدة والذهاب إلى أماكن جديدة ومقابلة أفراد جدد تنطوي على مخاطرة. فيسمح ذلك للأطفال باختبار أنفسهم ومعرفة نقاط قوتهم ومهاراتهم وما يحبون فعله. عندما يجرب طفلك أشياء جديدة خطيرة، فمن الضروري أن تحافظ على سلامته ببقائك بالقرب منه وتقديم عبارات التشجيع والتوجيه والاستعداد للتدخل عند الحاجة إلى المساعدة.

الابتكار

تشجع فرص الابتكار طفلك على التحلي بالمرونة والتساؤل عما يمكن أن يحدث تاليًا، وكيف تسير الأمور معًا. دع طفلك يقود الأنشطة وابتح عن وسائل للسماح لطفلك بالتعبير عن ابتكاراته.

حل المشكلات

يجد الأطفال أنفسهم عادة في مواقف صعبة بالنسبة إليهم. إن لاحظت أن طفلك أصبح محبطًا بسبب ما يقوم به، فتابع طفلك بينما يحاول أن يبحث عن حل. اعرض المساعدة عندما يبدأ إحباط طفلك في التحول إلى غضب أو حزن. سيساعد ذلك طفلك على الابتكار في حل المشكلات.

الغموض

يستمتع الأطفال عادة بالألغاز والغموض ويحبون توقع حدوث مفاجأة. وقد تكون المشاركة في أنشطة توفر قدرًا من المفاجأة مثيرة لطفلك وتظهر له أنك قد تكون مسليًا.

لديك فرصة لتكوين رابط مميز مع طفلك من خلال استكشاف البيئة المحيطة بك.



لمزيد من المعلومات عن برنامج لا أحد مثالي "Nobody's Perfect"، أو تنزيل هذه الوثيقة، يرجى البحث عن أوراق النصح لبرنامج "Nobody's Perfect" على الموقع الإلكتروني Canada.ca.

أنشطة ممتعة وسهلة

الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة

السلام

اصنع بعض الجيلي. ثم اسكب الجيلي غير المتجمد في وعاء طهي على الموقد، وأضف بعض التايوكا، وأغلي المزيج لبضع دقائق. اترك المزيج يبرد ثم ضعه في وعاء كبير. أضف حشرات أو ديناصورات بلاستيكية أو أشياء أخرى إلى الجيلي/السلام. اسمح لطفلك باستكشاف المزيج بيديه.

صندوق الألغاز

ضع مجموعة من الأشياء المختلفة في صندوق مثل: الجوارب أو الدمية المفضلة أو بعض الحصى أو العنب. اطلب من طفلك لمس المحتويات وتخمين الشيء الذي يلمسه. يمكنك أيضًا وضع صور لأسرتك أو بعض الأشياء الموجودة في أنحاء المنزل. ثم اطلب من طفلك تخمين الشيء الذي سيخرج تاليًا.

رحلة إلى المتجر

اصطحب طفلك إلى متجر البقالة عندما لا يكون متعبًا أو جائعًا. اسمح لطفلك أن يلمس الأصناف التي تشتريها ويتحدث عن ملمسها. ("هذا اللبن بارد. هذه التفاحة ملساء"). تحدث عما تراه وما ستشتره تاليًا وعن ألوان الأصناف وأشكالها وما إلى ذلك.

مقتبس من مقال (أنا وأبي: عند التنقل) "Daddy and Me: On the move" من مركز المصادر على Best Start، 2012.

الطفل الصغير

مهرجان الفقاقيع

خلال وقت الاستحمام، اصنع بعض الفقاقيع مع حمام الفقاقيع. تحدث إلى طفلك الصغير عن ملمس الفقاقيع وشكلها وكيف تطفو.

الأواني المزعجة

ضع أواني من الألومنيوم على الأرض. أظهر لطفلك الصوت الصادر عند ركل الأواني أو ضربها بملعقة.

الطفل حديث الولادة

وقت الزحف على البطن

ضع أشياء ملونة على مسافات مختلفة لتشجيع رضيعك على محاولة الوصول إليها إما عبر الزحف على بطنه أو الجلوس.

غناء أغنية

احتضن طفلك، واجعله يواجهك. ثم قم بغناء أغاني الحركة، مثل أغنية عجلات الحافلة "Wheels on the Bus" أو أغنية العنكبوت إيتسي بيتسي "The Itsy-Bitsy Spider" أو أغنية أعضاء الجسم "Shoulder, Knees, and Toes". قم بأداء الحركات بهدوء مع رضيعك بينما تغني.



تعرب وكالة الصحة العامة بكندا عن امتنانها لتعاون وخبرات مؤسسة داد سنترال بكندا (www.dadcentral.ca) وشبكاتها الوطنية في تطوير أوراق نصائح برنامج لا أحد مثالي "Nobody's Perfect" المخصصة للآباء.