

العقل

nobody's perfect

اللعب هو الطريقة التي يتعلّم طفلك من خلالها

- يتعلّم الأطفال وهم يلعبون. عندما يلعب طفلك، فهو يتعلّم عن العالم ومكانه فيه. يتعلّم عمل أشياء جديدة، ويكتشف كيفية الانسجام مع الأشخاص الآخرين. كما يساعد اللعب الطفل على إظهار مشاعره ويزيد من ثقته بنفسه.
- يحتاج الأطفال إلى الاستكشاف. دع طفلك يجرب الأشياء الجديدة بنفسه، سيتعلّم من فعل الشيء أكثر مما سيتعلّمه من سماعك تشرحه له. امنحه الوقت ليستكشف ويكتشف بنفسه، ولكن تأكد من أن محيطه آمن للاستكشاف. أبعده عن الخطر سواء داخل المنزل أو خارجه.
- حدّ من وقت جلوس الطفل أمام الشاشات. يتعلّم الأطفال أكثر عندما يلعبون ويتحرّكون بنشاط مع الآخرين ومع أشياء حقيقية. لا يتعلّم طفلك بالمقدار ذاته عندما يجلس أمام الشاشة، ويشمل ذلك أنشطة كمشاهدة التلفاز واستخدام الحاسوب (الكمبيوتر) واللعب بأجهزة الهواتف الخلوية المحمولة ولعب ألعاب الفيديو. لا يُنصح بتلك الأنشطة التي تعتمد على الشاشات للأطفال تحت سن السنتين.
- امنح طفلك خبرات جديدة. حفّز تعليم طفلك من خلال إضافة أشياء جديدة يلعب بها. عرّف طفلك على أشخاص آخرين ومواقف جديدة، وخصّص وقتًا يوميًا للعب داخل المنزل وخارجه. اصطحب طفلك إلى المنتزهات وملاعب الأطفال.

i اللعب هو الطريقة التي يتعلّم طفلك من خلالها. تتغير طرق اللعب كلّما كبر طفلك، وهو بحاجة إلى اللعب منذ ولادته.



For an electronic version of this PLAY IS THE WAY YOUR CHILD LEARNS tipsheet, please contact: DCA.public.inquiries@phac-aspc.gc.ca.
Pour recevoir une version électronique de la fiche de renseignements C'EST PAR LE JEU QUE VOTRE ENFANT APPREND, veuillez s'il vous plaît
contacter : DEA.reenseignements.publiques@phac-aspc.gc.ca.



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

Canada

أنشطة مسلية وبسيطة

أكياس الاستكشاف

يمكنك لعب ألعاب التخمين مع طفلك باستخدام كيس وبعض الأشياء الموجودة في أرجاء المنزل. اطلب من طفلك أن يغلق عينيه أو يغطيها بوشاح عند كل لعبة، وعليه أن يستخدم أذنيه أو أنفه أو أصابعه لتخمين ما هي الأشياء الموجودة في الكيس. تبادل الأدوار.

البحث عن الكنز

قبل الذهاب في نزهة على الأقدام في الحي الذي تسكن فيه، اعمل قائمة بالأشياء التي قد تجدها في طريقكما. إذا كان طفلك لا يزال صغيراً جداً، ستكون ثلاثة أو أربعة أشياء كافية. يمكنك مثلاً البحث عن ورقة شجر ووردة بيضاء وغصين صغير وحجر رمادي اللون.

إذا كان طفلك أكبر سنّاً أضف المزيد من الأشياء إلى القائمة واجعلها أكثر تحدياً. تحدّث عن الأشياء المدرجة على القائمة قبل الذهاب، واحرص على أن تكون هذه الأشياء متوفرة في ذلك الموسم وفي ذلك الحي.

خذ كيساً معك قبل أن تذهب، لتضع فيه الأشياء عندما تجدها وتشطبها من القائمة. عندما تعود إلى المنزل، ضع الكنوز التي عثرت عليها على صينية وتحديث إلى طفلك عن المكان الذي عثرتا فيه عليها وعن الأشياء الأخرى التي رأيتماها خلال نزهتكما. سيكون الطفل الأكبر سنّاً قادراً على سرد قصة حول مغامرة البحث عن الكنز في الحي.

- **الاستماع** - ضع أشياء في الكيس يمكنك استخدامها لإصدار ضجة كخشخشة المفاتيح وكرمشة الورق وطققة القلم. أخرج شيئاً من الكيس وأصدر الصوت، هل يستطيع طفلك تخمين ما هو الشيء الذي يصدر الصوت؟
- **الشمّ** - اجمع بعض القناني الصغيرة الفارغة، كعبوات حبوب الأدوية مثلاً، وضع شيئاً له رائحة قوية في كل عبوة. إذا استخدمت سائلاً ضع بعضاً منه على قطعة قطن وضعها في العبوة. فيما يلي بعض الأفكار: زبدة الفول السوداني والموز والخل والبصل والقرفة. عندما يخرج طفلك إحدى العبوات من الكيس، افتحها ودعه يشم ما بداخلها دون أن ينظر. هل يمكن لطفلك تخمين ما هو الشيء الذي يصدر هذه الرائحة؟
- **اللمس** - ضع في الكيس أشياء مختلفة الملمس، مثل ليف تنظيف الأواني وقطعة اسفنج ومحارم ورقية. سمّ أحد الأشياء لطفلك واطلب منه إخراجها من الكيس دون النظر داخله، واصفاً الملمس: خشن، ناعم، غير مستو، قاس. يمكنك كذلك وصف الملمس أولاً. هل يستطيع طفلك إيجاد شيء ناعم في الكيس؟



Space for local health care centre or practitioners' contact information:
Espace réservé pour inscrire les coordonnées de votre centre de soins de santé local ou d'un professionnel de la santé :