

# دليل أنشطة الرضع من شهر حتى أربعة وعشرين شهراً في الحضانة



نوفمبر ٢٠٢٣

## المقدمة

هذا الدليل مخصص لميسرات دور الحضانة الذين يرغبون في دعم نمو الأطفال الذين تنراوح أعمارهم بين شهر وأربعة وعشرين شهراً بشكل أفضل.

يطور الأطفال الذين تقل أعمارهم عن سنتين قدراتهم في مختلف المجالات من خلال التفاعل النشط مع الأشخاص والأشياء المحيطة بهم، فإنهم لا يشربون اللبن ويأمنون، كما تُغير حفاظاتهم فقط بشكلٍ سلبي.

وبناءً على هذا المبدأ، يشرح هذا الدليل كيف يُطور الأطفال دورين عامين في أربعة مجالات (المجال الأول: تعلم المهارات العاطفية والاجتماعية، المجال الثاني: المهارات البدنية، المجال الثالث: المهارات المعرفية، المجال الرابع: التطور اللغوي ومهارات التواصل) وفقاً لمعايير جودة الحضانة التابعة لوزارة التضامن الاجتماعي، وكيف يمكن لميسرات الحضانة دعم هذا التطور.



يركز هذا الدليل على نقطتين:

١. ارتباط الأطفال الرضع بالميسرات من خلال التفاعل

الكافي بينهم.

٢. تعلم الأطفال وتطورهم من خلال اللعب النشط من تلقاء أنفسهم.



سبب التركيز على النقطة الأولى؛ هو أن ارتباط الرضع بشخص قريب منهم هو شيء مهم للغاية لهم الاجتماعي والعاطفي، وسبب التركيز على النقطة الثانية؛ هو أن الرضع يمكنهم التعلم والتطور كثيراً عندما يتم توفير بيئة مناسبة لتنميتهم، ولاهتماماتهم، وتسمح لهم باستكشاف وتجربة ما يريدون القيام به.

تنراوح الأنشطة الواردة في هذا الدليل من اللعب إلى الرعاية الذاتية، وكلها مهمة للأطفال الرضع، بالإضافة إلى ذلك، تم اختيار الأنشطة في هذا الدليل لتكون مناسبة للثقافة والسياق المصري، وتكون قابلة للتطبيق دون أدوات أو مع استخدام أدوات لعب متاحة

نأمل أن تجد الكثير من ميسرات دور الحضانة الأنشطة في هذا الدليل مفيدة، وأن يمارسوها فعلياً لأطفالهم الرضع، سيؤدي هذا بالتأكيد إلى التطور الشامل للرضع في دور الحضانة في مصر!

وزارة التضامن الاجتماعي

مشروع تحسين جودة تنمية الطفولة المبكرة

هيئة التعاون الدولي اليابانية



## المحتويات

### مقدمة:

خصائص هذا الدليل وكيفية استخدامه

١. صفحة غلاف لكل فئة عمرية

٢. صفحة النشاط

أنشطة للرضع من ١-٣ أشهر

كيف تقرأ الجداول أدناه:

المجالات المطلوب تطويرها الأكثر من خلال النشاط: ○

المجالات التي سيتم تطويرها في المرتبة الثانية من خلال النشاط: △



| اسم النشاط                                                                                           | المجال الأول:<br>المهارات العاطفية<br>والاجتماعية | المجال الثاني:<br>المهارات<br>البدنية                | المجال الثالث:<br>المهارات المعرفية | المجال الرابع:<br>المهارات اللغوية<br>والتواصل | صفحة |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------|------|
| يستمتع للأصوات ويتشجع لإصدار الأصوات                                                                 | △                                                 |                                                      |                                     | ○                                              | ١٢   |
| يشعر بالسعادة عندما يتم تسليته                                                                       | ○                                                 |                                                      |                                     | △                                              | ١٣   |
| يرى ويسمع الأشياء                                                                                    | ○                                                 |                                                      | ○                                   |                                                | ١٤   |
| يحدق ويلعب بكلتا اليدين                                                                              |                                                   | △                                                    | ○                                   |                                                | ١٨   |
| يظل مستلقيًا على بطنه                                                                                |                                                   | ○                                                    | △                                   |                                                | ١٩   |
| يقبض على شيء ما بكف اليد                                                                             |                                                   | ○                                                    |                                     |                                                | ٢٠   |
| مهارات الرعاية الذاتية (الأكل)<br>- حليب الأم / حليب صناعي بزجاجة في<br>الحضانة - (شهر حتى ستة أشهر) | △                                                 |                                                      |                                     | △                                              | ٢١   |
| مهارات الرعاية الذاتية (النوم)<br>- النوم في الحضانة - (شهر حتى ستة أشهر)                            | △                                                 |                                                      |                                     |                                                | ٢٤   |
| مهارات الرعاية الذاتية (الإخراج)<br>- تغيير الحفاضات - (شهر حتى ستة أشهر)                            | △                                                 |                                                      |                                     |                                                | ٢٦   |
| مهارات الرعاية الذاتية (تغيير الملابس)<br>- تغيير / ضبط الملابس - (شهر حتى ستة<br>أشهر)              | △                                                 |                                                      |                                     |                                                | ٢٨   |
| أغان للرضع من شهر حتى ٣ أشهر                                                                         |                                                   | ١. حبيبة أمها<br>٢. لابس زعبوط<br>٣. حلقائك برجالاتك |                                     |                                                | ٢٩   |

## أَنْشِطَةٌ لِلرُّضْعِ مِنْ ٣ - ٦ أَشْهُرٍ

| أسم النشاط                                             | المجال الأول: المهارات العاطفية والاجتماعية | المجال الثاني: المهارات البدنية | المجال الثالث: المهارات المعرفية | المجال الرابع: المهارات اللغوية والتواصل | صفحة |
|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------|------|
| مخارج الألفاظ عند الرضيع                               | ○                                           |                                 |                                  | ○                                        | ٣٢   |
| اللعب بالدمي                                           | ○                                           |                                 |                                  | ○                                        | ٣٣   |
| التواصل البدني مع الميسرات                             | ○                                           | △                               |                                  | △                                        | ٣٤   |
| تحريك الجسم بأكمله بمساعدة الميسرات                    | ○                                           | ○                               |                                  |                                          | ٣٦   |
| الأرجوحة                                               | ○                                           | ○                               |                                  |                                          | ٣٨   |
| وصول - انتزاع - لعق - لمس الأشياء (١) الشخصية          |                                             | ○                               | ○                                |                                          | ٣٩   |
| وصول - انتزاع - لعق - لمس الأشياء (٢) المندبل          |                                             | ○                               | ○                                |                                          | ٤٠   |
| وصول - انتزاع - لعق - لمس الأشياء (٣) الإمساك بالأشياء |                                             | ○                               | ○                                |                                          | ٤٢   |
| الاستمتاع بالرؤية والوصول إلى اللعب المائلة            |                                             | ○                               | ○                                |                                          | ٤٥   |
| تشجيع الرضيع على التقلب                                | △                                           | ○                               |                                  |                                          | ٤٦   |
| أغانٍ للرضع من ٣ - ٦ أشهر                              | ١. حبيبة أمها<br>٢. عيون بابا<br>٣. سوسة    |                                 |                                  |                                          |      |





## أنشطة للرضع من ٦ - ٩ أشهر

| صفحة | المجال الرابع:<br>المهارات اللغوية<br>والتواصل                                                            | المجال الثالث:<br>المهارات<br>المعرفية | المجال الثاني:<br>المهارات البدنية | المجال الأول:<br>المهارات العاطفية<br>والاجتماعية | اسم النشاط                                                                             |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|      | ○                                                                                                         |                                        |                                    |                                                   | إصدار المزيد من المقاطع اللفظية!                                                       |
|      | △                                                                                                         |                                        | △                                  | ○                                                 | الاستمتاع بالتواصل البدني مع المُيسِّرات                                               |
|      |                                                                                                           |                                        |                                    | ○                                                 | مصادفة أشخاص وأماكن غير مألوفة                                                         |
|      |                                                                                                           | ○                                      |                                    | ○                                                 | لعبة الغموض بأشكالها المختلفة                                                          |
|      |                                                                                                           |                                        | △                                  | ○                                                 | التأرجح على قطعة قماش                                                                  |
|      |                                                                                                           | ○                                      | ○                                  |                                                   | الجلوس واللعب بكلتا اليدين<br>صورة مقربة لتطور الرضيع: الجلوس على الأرض                |
|      |                                                                                                           | ○                                      | △                                  | △                                                 | إصدار الأصوات                                                                          |
|      | △                                                                                                         | ○                                      |                                    | △                                                 | الاستمتاع بالنظر إلى شيء ما معًا                                                       |
|      |                                                                                                           | ○                                      | ○                                  |                                                   | الاستمتاع بإسقاط الكور في الثقوب الكبيرة                                               |
|      |                                                                                                           |                                        | ○                                  | △                                                 | المزيد والمزيد من التقلب                                                               |
|      |                                                                                                           |                                        | ○                                  |                                                   | الزحف<br>صورة مقربة لتطور الرضيع: الزحف<br>عمل أدوات باستخدام علب اللبن (الكرتون)      |
|      | △                                                                                                         |                                        |                                    | △                                                 | مهارات الرعاية الذاتية (الأكل)<br>- أكل الأطعمة الكاملة في الحضانة - (من ٦ حتى ٩ أشهر) |
|      |                                                                                                           |                                        |                                    | △                                                 | مهارات الرعاية الذاتية (النوم)<br>-النوم في الحضانة - (من ٦ حتى ١٢ شهرًا)              |
|      |                                                                                                           |                                        |                                    | △                                                 | مهارات الرعاية الذاتية (الإخراج)<br>- تغيير الحفاضات - (من ٦ حتى ١٢ شهرًا)             |
|      |                                                                                                           |                                        |                                    | △                                                 | مهارات الرعاية الذاتية (تغيير الملابس) -<br>تغيير الملابس - (من ٦ حتى ١٢ شهرًا)        |
|      | ١. ماما زمانها جاية<br>٢. أغنية غير معروف اسمها<br>٣. القطة المشمشية<br>٤. لما الشمس تروح<br>٥. ذهب الليل |                                        |                                    |                                                   | أغان للرضع من ٦ - ٩ أشهر                                                               |



## أنشطة للرضع من ٩-١٢ شهرًا

| صفحة | المَجَالُ الرَّابِعُ:<br>المَهَارَاتُ اللُّغَوِيَّةُ<br>وَالْتَّوَاصُلُ        | المَجَالُ الثَّالِثُ:<br>المَهَارَاتُ الْمَعْرِفِيَّةُ | المَجَالُ الثَّانِي:<br>المَهَارَاتُ الْحِسِّيَّةُ | المَجَالُ الْأَوَّلُ:<br>المَهَارَاتُ الْعَاطِفِيَّةُ<br>وَالْاجْتِمَاعِيَّةُ | أسم النشاط                                                                                        |
|------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | ○                                                                              | ○                                                      |                                                    | ○                                                                             | التجارب الدائم باستخدام اللغة                                                                     |
|      | ○                                                                              | ○                                                      |                                                    | ○                                                                             | المدح والتعزيز بوضوح وباستمرار                                                                    |
|      | ○                                                                              | ○                                                      | ○                                                  | ○                                                                             | "أعطني هذا" "تفضل" "شكرًا!"                                                                       |
|      | ○                                                                              | ○                                                      | △                                                  | ○                                                                             | "في أي يد؟"                                                                                       |
|      | ○                                                                              | ○                                                      | △                                                  | ○                                                                             | سقوط البين باج (كيس قماش مليء بالحصي)                                                             |
|      | ○                                                                              | ○                                                      | ○                                                  | ○                                                                             | تقليد الإيماءات!                                                                                  |
|      | ○                                                                              | △                                                      | △                                                  | △                                                                             | اللعب على أغاني بأسماء الأطفال                                                                    |
|      | ○                                                                              | ○                                                      |                                                    | ○                                                                             | الكتب المصورة<br>كتب مصورة للرضع<br>(مرشحة من قبل وزارة التضامن الاجتماعي)                        |
|      | △                                                                              | ○                                                      | ○                                                  | △                                                                             | الاستمتاع بالموسيقى وعمل الأصوات                                                                  |
|      |                                                                                | ○                                                      | ○                                                  |                                                                               | إسقاط أشياء صغيرة في الثقوب                                                                       |
|      |                                                                                | ○                                                      | ○                                                  |                                                                               | لعبة السحب (١)                                                                                    |
|      |                                                                                | ○                                                      | ○                                                  |                                                                               | لعبة السحب (٢)                                                                                    |
|      |                                                                                |                                                        | ○                                                  |                                                                               | يقف، يُثني ركبتيه للجلوس ويتنقل صورة مُرَبَّيَّة لتطور الرُّضْع للوقوف: ثني ركبتيه والتحرك        |
|      |                                                                                |                                                        | ○                                                  |                                                                               | يزحف أعلى وأسفل الدرج / المنزلاقات                                                                |
|      |                                                                                |                                                        | ○                                                  | △                                                                             | إسقاط أبراج من المكعبات                                                                           |
|      | △                                                                              |                                                        |                                                    | △                                                                             | مهارات الرعاية الذاتية (الأكل)<br>- أكل الأطعمة الكاملة في الحَضَانَة -<br>(من ٩ حَتَّى ١٢ شهرًا) |
|      | ١. دخل إيديك جوه<br>٢. يلا بينا نصقف<br>٣. رشا<br>٤. مني<br>٥. قُتْجِي يا وردة |                                                        |                                                    |                                                                               | أغاني للرضع من ٩ حَتَّى ١٢ شهرًا                                                                  |



## أنشطة للرضع من ١٢ - ١٨ شهرًا

| أسم النشاط                                                                                                                                                                    | المَجَالُ الأول:<br>المَهَارَاتُ<br>العَاطِفِيَّةُ<br>وَالاجْتِمَاعِيَّةُ | المَجَالُ الثاني:<br>المَهَارَاتُ<br>البدَنِيَّةُ | المَجَالُ الثالث:<br>المَهَارَاتُ<br>المَعْرِفِيَّةُ | المَجَالُ الرابع:<br>المَهَارَاتُ اللُّغَوِيَّةُ<br>وَالتَّوَاصُلُ | صفحة |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------|
| صورة مبسطة للعبة الأدوار                                                                                                                                                      | ○                                                                         |                                                   | ○                                                    | ○                                                                  |      |
| الحيوانات والأصوات                                                                                                                                                            | ○                                                                         |                                                   | ○                                                    | ○                                                                  |      |
| الطرق عَلَى الباب (تك تك تك!)                                                                                                                                                 | ○                                                                         | ○                                                 | ○                                                    | ○                                                                  |      |
| الكتب المصورة للرضع<br>كتب مصورة للرضع<br>(مرشحة من قبل وزارة التضامن الاجتماعي)                                                                                              | ○                                                                         | ○                                                 |                                                      | ○                                                                  |      |
| اللعب بالرمل (١٢ - ٢٤ شَهْرًا)                                                                                                                                                | ○                                                                         | ○                                                 | ○                                                    | ○                                                                  |      |
| اللعب بالماء (١٢ - ٢٤ شَهْرًا)                                                                                                                                                | ○                                                                         | ○                                                 | ○                                                    | △                                                                  |      |
| تَقْبُلُ مشاعره، وتشجِّعُه عَلَى المضي قَدَمًا عِنْدَمَا<br>يَكُونُ فِي شَجَارٍ مَعَ أَقرانه، أو عِنْدَمَا يَتَعَارَضُ رَأْيُهُ مَعَ<br>تعليمات الكِبَار (من ١٢ - ٢٤ شَهْرًا) | ○                                                                         |                                                   |                                                      | △                                                                  |      |
| التواصل البدني مَعَ المُيسِّرَات                                                                                                                                              | ○                                                                         | △                                                 |                                                      |                                                                    |      |
| اللعب بالكرة                                                                                                                                                                  | ○                                                                         | ○                                                 |                                                      |                                                                    |      |
| اللعب بالقماش                                                                                                                                                                 | △                                                                         | ○                                                 | ○                                                    |                                                                    |      |
| اللعب بالحلقات                                                                                                                                                                | △                                                                         | ○                                                 | ○                                                    |                                                                    |      |
| الرسم<br>صُورَةٌ مُقَرَّبَةٌ لتطور الرسم عِنْد الرضّع                                                                                                                         |                                                                           | ○                                                 | ○                                                    |                                                                    |      |
| اقطع و لعب بِالوَرَق                                                                                                                                                          | △                                                                         | ○                                                 | ○                                                    | △                                                                  |      |
| يدخل ويخرج من الصندوق                                                                                                                                                         |                                                                           | ○                                                 | ○                                                    |                                                                    |      |
| يشد لُعْبَةً فِي أَثْنَاءِ مشيه                                                                                                                                               | △                                                                         | ○                                                 | ○                                                    |                                                                    |      |
| المشي                                                                                                                                                                         | △                                                                         | ○                                                 | ○                                                    |                                                                    |      |
| مهارات الرعاية الذاتية (الأكل)<br>- أكل الأغذية التكميلية فِي الحَضَانَةِ - (من ١٢ - ٢٤ شَهْرًا)<br>صُورَةٌ مُقَرَّبَةٌ لتطور الرَضِيع: الرسم                                 | △                                                                         |                                                   |                                                      | △                                                                  |      |
| مهارات الرعاية الذاتية (النوم)<br>- النوم فِي الحَضَانَةِ - (من ١٢ - ٢٤ شَهْرًا)                                                                                              | △                                                                         |                                                   |                                                      |                                                                    |      |
| مهارات الرعاية الذاتية (الإخراج)<br>- تغيير الحَفَاطَات - (من ١٢ - ٢٤ شَهْرًا)                                                                                                | △                                                                         |                                                   |                                                      |                                                                    |      |
| مهارات الرعاية الذاتية (تغيير الملابس) - تغيير<br>الملابس - (من ١٢ - ٢٤ شَهْرًا)                                                                                              | △                                                                         |                                                   |                                                      |                                                                    |      |
| مهارات الرعاية الذاتية (المحافظة عَلَى نظافته)<br>- غسيل الأيدي - (من ١٢ - ٢٤ شَهْرًا)                                                                                        | △                                                                         |                                                   |                                                      |                                                                    |      |



## أنشطة للرضع من ١٨ - ٢٤ شهرًا

| صفحة | المجال الرابع:<br>المهارات اللغوية<br>والتواصل                     | المجال الثالث:<br>المهارات المعرفية | المجال الثاني:<br>المهارات<br>البدنية | المجال الأول: المهارات<br>العاطفية والاجتماعية | اسم النشاط                                                                                                |
|------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | ○                                                                  | ○                                   |                                       | ○                                              | التظاهر بأنّه ولي أمر (أب أو أم)                                                                          |
|      | ○                                                                  |                                     | ○                                     | ○                                              | اللعب على أنغام الموسيقى!                                                                                 |
|      | ○                                                                  | ○                                   |                                       | ○                                              | المُنْدِيل السحري<br>عمل أشكال مختلفة باستخدام<br>المناديل                                                |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | التظاهر بأننا حيوانات                                                                                     |
|      |                                                                    |                                     | ○                                     | ○                                              | الجري حتّى الميسرة                                                                                        |
|      |                                                                    |                                     | ○                                     | ○                                              | اللعب بالحلقات                                                                                            |
|      |                                                                    |                                     | ○                                     | ○                                              | اللعب بالبالونات                                                                                          |
|      |                                                                    |                                     | ○                                     | ○                                              | لعبة تجري فيها الميسرة أو<br>الأطفال وراء أقرانهم ويقومون<br>بلمس بعضهم                                   |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | وضع الملصقات                                                                                              |
|      | △                                                                  | ○                                   | ○                                     | ○                                              | اللعب بالصلصال المصنوع من<br>الدقيق                                                                       |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | وضع الختم!                                                                                                |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | تركيب بازل قطعة واحدة<br>(الأشكال الهندسية)                                                               |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | مكعبات نفس الحجم (ضع أحدهما<br>على الآخر؛ ضعه جنبًا إلى جنب<br>(بالقرب من الحائط)؛ ضعه في<br>صندوق، إلخ). |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | تركيب بازل ٤ أجزاء (فك<br>وتركيب)                                                                         |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | وضع الخيط في الثقب                                                                                        |
|      |                                                                    | ○                                   | ○                                     | ○                                              | الأزرار في الثقوب                                                                                         |
|      |                                                                    |                                     | ○                                     | △                                              | صعود ونزول الدرج والقفز                                                                                   |
|      | △                                                                  |                                     |                                       | △                                              | مهارات الرعاية الذاتية (الأكل)<br>- أكل الأطعمة المكتملة في<br>الحضانة - (١٨ - ٢٤ شهرًا)                  |
|      | ١. اسم الأغنية غير معروف<br>٢. قطعتي صغيرة<br>٣. همّ الممّ يا روجي |                                     |                                       |                                                | أغانٍ للرضع من ١٨ - ٢٤ شهرًا                                                                              |

مِرْفَقٌ

**مِرْفَق ١ : نَصَائِحُ لِلتَّغْذِيَةِ :**

١. "كَيْفِيَّةُ تَحْضِيرِ حَلِيبِ الرُّضْعِ الْمُجَفَّفِ فِي أَمَاكِنِ

الرَّعَايَةِ»

أ- كَيْفِيَّةُ تَنْظِيفٍ وَتَعْقِيمٍ وَتَخْزِينٍ مُعَدَّاتِ التَّغْذِيَةِ

وَالْتَّحْضِيرُ

ب- زُجَاجَةُ الرِّضَاعَةِ: طَرِيقَةُ تَحْضِيرِ الرِّضَاعَةِ



## نَصَائِحُ لِلْأَغْذِيَةِ الْمُكْمَلَةِ:

١. دَلِيلٌ لِلْأَغْذِيَةِ الْمُكَمَّلَةِ.

٢. إِرْشَادَاتُ عَمَلِيَّةٍ حَوْلَ جَوْدَةِ وَتَكَرُّارِ وَكَمِّيَّةِ الطَّعَامِ الَّتِي نَقَدَّمُهُ لِلرُّضْعِ

الَّذِينَ تَتَرَاوَحُ أَعْمَارُهُمْ بَيْنَ ٦ وَ ٢٣ شَهْرًا وَالَّذِينَ يَرْضَعُونَ رِضَاعَةً

طَبِيعِيَّةٌ عِنْدَ الطَّلَبِ.

٣. أُمْتَلَأْ عَلَى وَصَفَاتِ الْأَغْذِيَةِ الْمُكْمَلَةِ لِلرُّضْعِ حَسَبَ الْأَعْمَارِ



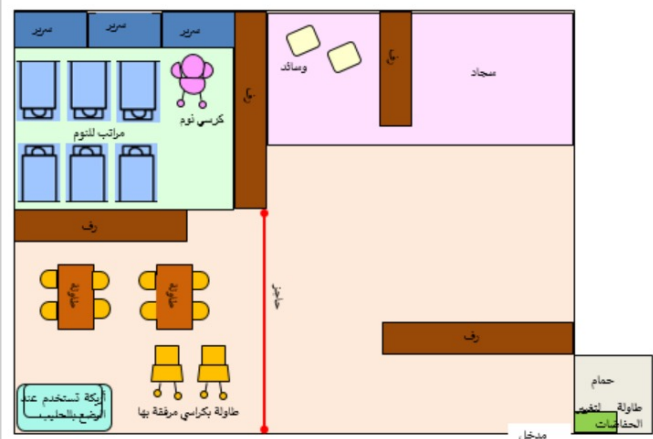
مَرَفَق ٢: نَصَائِحُ حَوْلَ تَنْظِيمِ فُصُولِ الرُّضْعِ دُونَ سِنِّ

۲۴ شَهْرًا:

١. مِثَالٌ عَلَى هَيْكَلِ الْفَصْلِ لِلرُّضْعِ دُونَ سِنِّ ١٢ شَهْرًا.

٢. مِثَالٌ عَلَى هَيْكَلِ الْفَصْلِ لِلرُّضْعِ الَّذِينَ تَتَرَاوَحُ

أَعْمَارُهُمْ مِنْ ١٢ إِلَى ٢٤ شَهْرًا.



مِرْفَق ۳: نَصَائِحُ لِلْعِبِّ بِالرَّمْلِ:

١. النَّصِيحَةُ الْأُولَى: كَيْفِيَّةُ الْحِفَاطِ عَلَى نَظَافَةِ

حَوْضِ الرَّمْلِ قَدْرَ الْإِمْكَانِ.

٢. النَّصِيحَةُ الثَّانِيَّةُ: أَفْكَارٌ لِإِبْعَادِ الْقُطْبِ (وَالْحَيَوَانَاتِ

الأُخْرَى) عَنْ حَوْضِ الرَّمْلِ.

٣. النَّصِيحَةُ الثَّالِثَةُ: وَرَقَةُ التَّقْيِيمِ الذَّاتِي لِلْحَضَانَةِ

حَوْلَ مُمَارَسَاتِ اللَّعِبِ بِالرَّمْلِ.

٤. النَّصِيحَةُ الرَّابِعَةُ: الْأَعْرَاضُ التَّعْلِيمِيَّةُ لِلْعِب

الأَطْفَالِ بِالرِّمْلِ (الْمَوَادُّ الَّتِي سَتُقَدَّمُ إِلَى الْآبَاءِ فِي

اجْتِمَاعَاتِ أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ)



## حضانات تعاونت في هذا الدليل للتصوير الفوتوغرافي المراجع

## ١. غِلَافُ لِكُلِّ فِتْنَةٍ عُمرِيَّةٍ

### الْفِتَنَاتُ الْعُمرِيَّةُ:

الْفِتْرَةُ مِنْ ١ إِلَى ٢٤ شَهْرًا مُقَسَّمةً إِلَى ٦ فِتَنَاتٍ عُمرِيَّةٍ  
(عَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ: تَعْنِي عِبَارَةُ "مِنْ شَهْرٍ إِلَى ثَلَاثَةِ أَشْهُرٍ" مِنَ الْوَقْتِ الَّذِي يَبْلُغُ فِيهِ الرَّضِيعُ شَهْرًا وَاحِدًا حَتَّى يَبْلُغَ ثَلَاثَةَ أَشْهُرٍ)

أَنْشِطَةٌ لِلرُّضْعِ مِنْ سَنٍ ثَلَاثَةٍ حَتَّى سِتَّةِ أَشْهُرٍ



٦-٣ شهر

### الْهَدَفُ الرَّئِيسِيُّ لِلرَّعَايَةِ وَالتَّعَلُّمِ:

يُمْكِنُكَ فَهْمُ مَا يَجِبُ أَنْ نَهْدَفَ إِلَيْهِ فِي رِعَايَتِكَ وَتَعْلِيمِكَ لِلرُّضْعِ فِي هَذَا الْعُمْرِ بِصُورَةٍ كُلِّيَّةٍ.

### خَصَائِصُ نُمُوِّ

### الرُّضْعِ:

يُمْكِنُكَ الْإِقَاءُ نَظَرَةٍ سَرِيعَةٍ عَلَى تَطَوُّرِ الرُّضْعِ فِي هَذَا الْعُمْرِ

#### خَصَائِصُ تَطَوُّرِ الرُّضْعِ

يَحْمِلُ الرُّضْعُ رَأْسَهُ وَيَضْبَعُ قَائِدًا عَلَى الثَّلَبِ وَنَتِيجَةُ لِرِزَادَةِ قُوَّةِ عَضَلَاتِ الرِّعَايَةِ.

#### الْهَدَفُ الرَّئِيسِيُّ مِنَ الرَّعَايَةِ وَالتَّعَلُّمِ

يَفْهَمُ الرُّضْعُ وَقْتَهُ فِي مَزَاجٍ خَيْرٍ وَلَقَاءَ الْإِقَاعِ الْخَاصَّةِ بِهِ، وَالَّتِي أَصْبَحَتْ أَكْثَرَ ثِقَاتًا.

#### التَّعَاوُنُ مَعَ الْأَبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ

- تَعَاوُنُ مَعَ الْأَبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ لِبِنَاءِ دَوْرَةِ نَوْمٍ وَاسْتِغْنَاءٍ جَيِّدَةٍ لِلطِّفْلِ.
- تَلَفُّتُ نَظَرِ الْأَبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ لِنَظَافَةِ وَأَمَانِ الْمَنْزِلِ كَمُحَالِصَةِ الطِّفْلِ مَعَ الْمَشَارَكَةِ فِي الْاسْتِمَاعِ بِتَمَتُّعِهِ.

### التَّعَاوُنُ مَعَ الْأَبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ:

يُمْكِنُكَ الْحُصُولُ عَلَى النَّقَاطِ الرَّئِيسِيَّةِ فِي تَعَاوُنِكَ مَعَ آبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ الرُّضْعِ فِي هَذَا الْعُمْرِ.

## الأهداف

المهارة / المهارات في المجال / المجالات التي تهدف إلى تطويرها من خلال النشاط.

ملاحظات:

١. لإظهار الرابط الواضح بين هذا الدليل ومعايير جودة الحضانة، يتم تطبيق جميع المهارات في الأهداف مباشرة من جدول "تنمية الأطفال الرضع الذين تتراوح أعمارهم بين شهر واحد و ٢٤ شهرًا مع رعاية وتعليم ميسرات الحضانة والتعاون مع أولياء الأمور / الأوصياء في ٤ مجالات من التنمية المنصوص عليها في معايير جودة الحضانة" (ص). (يتم تطبيق جميع المهارات الواردة في الجدول في الأهداف الموجودة في هذا الدليل).

• لهذا السبب، قد تشعر أن بعض المهارات في الأهداف ليست محددة بشكل كافٍ للنشاط، أو قد تشعر أنها يجب أن تكون أكثر إيجازًا لكل نشاط.

• عند الضرورة، يتم إضافة بعض المعلومات الإضافية إلى المهارات في "الأهداف".

٢. من المفترض أن يكتسب الرضيع جميع المهارات في الأهداف بنهاية كل فئة عمرية.

• ومع ذلك، يُرجى الأخذ في الاعتبار أن لكل طفل وتيرة نموه الخاصة.

٣. من المفترض أن تؤدي جميع المهارات المذكورة في الأهداف إلى المهارات المنصوص عليها في معايير جودة الحضانة كمهارات متوقعة لمن هم دون سن الرابعة.

اسم النشاط

دعم الميسرات:

بعض النقاط التي يجب أخذها في الاعتبار عند تنفيذ النشاط.

كيفية الإعداد:

المعدات اللازمة للنشاط وكيفية صنعها.

## ٢. صفحة النشاط

٤. مجالات: توجد بأعلى الصفحات أربعة مجالات

للتعلم توضح مهارات الأطفال الرضع التي يمكن

تطويرها من خلال النشاط.

**الأخضر:** المجال الذي يهدف هذا النشاط إلى تطويره بشكل أساسي.

**الأصفر:** المجال الذي يهدف هذا النشاط إلى تطويره في المرتبة الثانية.

\* ٤ مجالات مرتبطة ببعضها البعض، ويمكن لكل نشاط تعزيز مهارات الرضيع في مجالات أكثر من تلك الملوثة في هذا الدليل.

|                               |                  |                           |                          |
|-------------------------------|------------------|---------------------------|--------------------------|
| المهارات المعرفية والاجتماعية | المهارات البدنية | المهارات اللغوية والفكرية | المهارات الحسية والحركية |
|-------------------------------|------------------|---------------------------|--------------------------|

الأرجحة على القماش

الأهداف

المجال الأول: المهارات العاطفية والاجتماعية

يُريد الرضيع أن يُحمل ويُحمى من قبل الأشخاص الذي يشعر بالقرب منهم؛ يصدر صوتًا متعمدًا عندما يكون لديه طلب؛ يُنشئ علاقة وثيقة مع أشخاص محددين، ويشعر بذلك يجعله يتجنب أو لا يحب آخرين؛ يشعر بالأمان عند استخدام الشكل / الأرقام المرفقة، ولكنه يهتم تزيينًا بالأشخاص والأماكن غير المألوفة.

المجال الثاني: المهارات البدنية

يُطور الرضيع مهارات التوازن لديه.

كيف تقوم بالنشاط

المهذ الفريح:

دع الطفل يستلقي في منتصف قطعة قماش كبيرة، وأرجحه على الأرض برفق مع الإمساك بحواف القماش، قم بغناء الأغاني للرضيع وفقًا للأرجحة بصوت لطيف.



لا بدنا نروح للعلم السحري!



• المشجعة السحرية:

أمسك بحواف قطعة قماش كبيرة بينما يستلقي الرضيع على بطنه في وسطها، اسحب القماش وأرجحه بلطف على الأرض.

دعم الميسرات:

• احرص على أن يشعر الرضيع بالراحة والاستمتاع بأرجحته بلطف.

• تكلم وقم بالغناء للرضيع في أثناء لعبه حتى يشعر بالاستمتاع والتفاعل والتواصل معك، وذلك يُطور ارتباطًا آمنًا معك.

كيفية الإعداد: قطعة قماش كبيرة (منشفة / بطانية)

الفئة العمرية

كيف تقوم بالنشاط:

كيف يمكنك أن تستمتع بالنشاط مع الرضيع.

[أشكال أخرى] (\*) في بعض الأنشطة فقط

أفكار لتعزيز النشاط بما يتجاوز الطريقة الأصلية

## أَنْشِطَةُ لِلرُّضْعِ مِنْ شَهْرٍ حَتَّى ثَلَاثَةِ أَشْهُرٍ



### الْبِيئَةُ فَضْلُكَ

انْظُرْ مِرْفَقَ ٢ "نَصَائِحُ لِتَنْظِيمِ الْفُصُولِ الدَّرَاسِيَّةِ لِلرُّضْعِ تَحْتَ سِنِّ ٢" (ص ٢٥١).  
اجْعَلْهُ مُنَاسِبًا لِلرُّضْعِ مِنْ حَيْثُ دَرَجَةُ الْحَرَارَةِ وَالرُّطُوبَةِ وَالتَّهْوِيَّةُ وَالصَّوْتُ وَالضَّوُّ وَالسَّلَامَةُ وَالنَّظَافَةُ لِضَمَانِ الرَّاحَةِ وَالْأَمَانِ.

| الْهَدَفُ الرَّئِيسِيُّ مِنَ الرَّعَايَةِ وَالتَّعَلُّمِ                                      | خَصَائِصُ تَطَوُّرِ الرُّضْعِ                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| يَقْضِي الرُّضْعُ الْوَقْتَ بِشَكْلِ مَرِيحٍ وَفَقًا لِإِبْقَاعِ الْحَيَاةِ الْخَاصَّةِ بِهِ. | تُهَيِّمُ رُدُودُ الْفِعْلِ الْبِدَائِيَّةُ عَلَى مُعْظَمِ الْحَرَكَاتِ، وَتَخْتَفِي تَدْرِيجِيًّا مَعَ نُمُو الرُّضْعِ. |

### التَّعَاوُنُ مَعَ الْأَبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ

- تَقُومُ الْمُسَرَّةُ بِعَمَلٍ مُقَابِلَةٍ شَخْصِيَّةٍ مَعَ آبَاءِ / أَوْلِيَاءِ أُمُورِ الرُّضْعِ وَسُؤَالِهِمْ عَنِ التَّنْمِيَةِ الْبَدَنِيَّةِ وَالْحَالَةِ الصَّحِّيَّةِ وَالْحَيَاةِ الْيَوْمِيَّةِ لِلطُّفْلِ فِي الْمَنْزِلِ قَبْلَ دُخُولِهِ لِلْحَضَانَةِ، بِالإِضَافَةِ لِذَلِكَ، تَبْنِي عِلَاقَةً ثِقَةً بَيْنَهَا وَبَيْنَ الْأَبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ، وَتَتَعَاوَنُ وَتَتَنَازَرُ مَعَهُمْ بِشَكْلِ يَوْمِيٍّ.
- كَمَا تَجْعَلُ الْأَبَاءَ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ يَعْرِفُونَ أَهْمِيَّةَ التَّفَاعُلِ مَعَ الرُّضْعِ، بِمَا فِي ذَلِكَ التَّحَدُّثُ مَعَهُ وَمُلَامَسَتُهُ.

## مراحل تنمية الاطفال الرضع من عمر شهر واحد حتي ٢٤ شهراً

يكتسب الطفل مهارات متنوعة بنهاية كل مرحلة تطور كالآتي:

### المجال الأول: تعلم المهارات العاطفية والاجتماعية

- يبتسم الرضيع عند رؤية الأشياء.
- يتكيف الرضيع مع المكان.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تفهم الميسرات شعور الطفل و تعمل على تهدئته عندما يعبر عن مشاعره بالبكاء، فهم سبب بكاء الطفل الرضيع، و العمل على إرضائه.

### المجال الثاني: التطور البدني

- يبادر الرضيع في تحريك الأشياء من حوله.
- يرفع رأسه إلى الأعلى.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تعانق الميسرة الرضيع في وضع أفقي بينما تدعم العنق و الرأس، حتي لا يكون صعباً على الجسم أن يدعم العنق نفسه .

### المجال الثالث: التطور المعرفي

- يتعرف الرضيع على اسمه.
- يتعرف الرضيع على وجه الميسرة.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تقوم الميسرات بتحضير الألعاب التي يمكن للطفل الرضيع استخدام حاسة النظر، السمع و اللمس فيها. و تشجع الأطفال على زياده اهتمامهم باللعب.

### المجال الرابع: تطور اللغة ومهارات التواصل

- يصدر الرضيع أصواتاً مختلفة.
- يبدي الرضيع رغبته في اللعب.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تتلقي أصوات الرضيع على الفور، وتستجيب للرضيع عن طريق الإيماء أو تقليد الأصوات و تشجع الطفل على الاستمتاع بنطق الأصوات.

### المجال الخامس: مهارات الرعاية الذاتية

- النوم: يستيقظ كل بضع ساعات أثناء النوم.
- الافراز: يشعر بالراحة عندما تغير حفاظته.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تساعد الميسرات الرضع عن طريق تسديد احتياجاتهم الجسدية بما يتناسب مع الإيقاع الطبيعي لهم كي يكونوا على أكبر قدر من الراحة.

لقراءة المزيد من التفاصيل عن مراحل تنمية الاطفال الرضع من عمر شهر واحد حتي ٢٤ شهراً، برجاء التوجه الي صفحة ٢٧٩ إلي صفحة ٢٨٢.

## يَسْتَمِعُ لِلْأَصْوَاتِ.. وَتَشْجِيْعُهُ عَلَى إِصْدَارِ الْأَصْوَاتِ

### الْأَهْدَافُ

- في نهاية النشاط يتوقع أن:
- يصدر الرضيع أصواتاً مختلفة.
- ينظر الرضيع إلى الاصوات من مصدرها.
- يستمع الرضيع إلى الاصوات.

### كَيْفَ تَقْوُمُ بِالنَّشَاطِ

سَاعِدْ فِي تَنْمِيَةِ مَهَارَاتِ الرِّضِيعِ اللُّغَوِيَّةِ كَمَا يَلِي:

عَبَّرَ عَمَّا يَشْعُرُ بِهِ الرِّضِيعُ:  
عَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ: "هَلْ أَنْتَ نَعْسَانُ؟"، "إِنَّهُ لَذِيذٌ، أَلَيْسَ كَذَلِكَ؟"  
← يَشْعُرُ الرِّضِيعُ بِأَنَّهُ مَفْهُومٌ، وَيَبْتَغِي تَشْجِيْعُهُ عَلَى إِصْدَارِ الْأَصْوَاتِ.

عَبَّرَ عَمَّا يَرَاهُ الرِّضِيعُ:  
عَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ: "هَذِهِ قِطْعَةٌ لَطِيفَةٌ جِدًّا!"  
← سَيَتِمُّكَ الرِّضِيعُ مِنْ رِبْطِ الْكَلِمَاتِ وَالْأَشْيَاءِ.



هَذِهِ شَجَرَةٌ مُرْتَفِعَةٌ جِدًّا.

- تَقْلِيدُ أَصْوَاتِ الرِّضِيعِ:

عَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ: "آه، آه، آه، آه.."

← قَدْ يَنْظُرُ الرِّضِيعُ إِلَى فَمِكَ، وَيَسْتَمِعُ إِلَى صَوْتِكَ، وَيُصْدِرُ الْأَصْوَاتَ كَمَا لَوْ كَانَ يَرُدُّ.

- عَبَّرَ عَمَّا تَشْعُرُ بِهِ:

عَلَى سَبِيلِ الْمَثَالِ: "إِنَّهُ يَوْمٌ لَطِيفٌ لِلْعَايَةِ!"

← يَنْعَرِضُ الرِّضِيعُ لِكَلِمَاتٍ مُخْتَلِفَةٍ وَيُصْبِحُ مُهْتَمًّا بِهَا.



آه...  
آه...

### دَعْمُ الْمَيْسَرَاتِ :

- تَتَحَدَّثُ الْمَيْسَرَةُ بِبُطْءٍ وَوُضُوحٍ بِصَوْتٍ عَالٍ إِلَى حَدِّ مَا، حَتَّى يَسْتَطِيعَ الرِّضِيعُ سَمَاعَهَا بِوُضُوحٍ.
- تَجَنَّبُ اسْتِخْدَامَ الْكَلِمَاتِ وَالتَّعْبِيرَاتِ الْوَقْحَةِ أَوْ الْبُذِينَةِ حَوْلَ الرِّضِيعِ.

## يَشْعُرُ بِالسَّعَادَةِ عِنْدَمَا يَتِمُّ تَسْلِيَّتُهُ

### الأهداف

- في نهاية النشاط يتوقع أن:
- يتكيف الرضيع مع المكان.
- يضحك الرضيع عند شعوره بالراحة.
- يتعرف الرضيع على اسمه.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

فِيمَا يَلِي بَعْضُ النَّصَائِحِ لِتَسْلِيَةِ الرَّضِيعِ، سَتَرَى الرَّضِيعَ يُعَبِّرُ عَنْ سَعَادَتِهِ مِنْ خِلَالِ إِصْدَارِ الْأَصْوَاتِ، الْإِبْتِسَامِ، وَرَفْرَفَةِ الْيَدَيْنِ وَالرِّجْلَيْنِ.

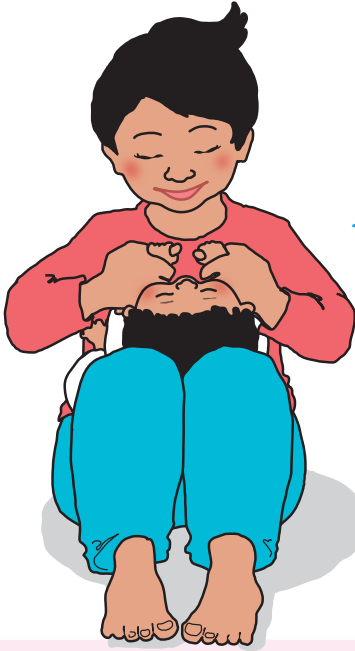
- اخْتِصَانُ الرَّضِيعِ وَالنَّظَرُ فِي عَيْنَيْهِ.
- تَكَلُّمٌ مَعَ الرَّضِيعِ ببطءٍ وَبوضوحٍ.
- كُنْ مَرَحًا وَمُبْتَسِمًا.
- قُمْ بِمُنَادَاةِ الرَّضِيعِ بِاسْمِهِ.

كَيْفَ حَالُكَ الْيَوْمَ يَا حَمْرَةَ؟



أَنْتَ طِفْلٌ رَائِعٌ لِلْعَايَةِ!

اه...  
اه...



اسْمَحْ لِلرَّضِيعِ بِإِمْسَاكِ إِبْهَامَيْكَ وَحَرِّكَ يَدَيْهِ.  
قَرِّبْ وَجْهَكَ مِنْهُ وَتَحَدَّثْ مَعَهُ!

### دَعْمُ الْمَيْسِرَاتِ:

- اسْتَجِبْ لِلرَّضِيعِ عَلَى الْفَوْرِ وَبِحَذَرٍ؛ بِحَيْثُ يُمَكِّنُ أَنْ يَشْعُرَ بِالْأَمَانِ وَالْمَحَبَّةِ، وَيُطَوِّرُ عِلَاقَةَ التَّقَى مَعَكَ.
- قَدْ تَكُونُ فِكْرَةً جَيِّدَةً أَنْ تَقُومَ بَعْضُ الْمَيْسِرَاتِ بِرِعَايَةِ بَعْضِ الرُّضْعِ فِي الْفَصْلِ؛ بِحَيْثُ يَشْعُرُ الرُّضْعُ بِالْأَمَانِ وَيُطَوِّرُونَ ارْتِبَاطَهُمْ بِأَشْخَاصٍ مُحَدَّدِينَ فِي الْفَصْلِ.

## رؤية الأشياء وسماؤها

### الأهداف

- في نهاية النشاط يتوقع أن:
- يتعرف الرضيع على وجه الميسرة.
- يتابع الرضيع حركة الأشياء بعينه.
- يبادر الرضيع في تحريك الأشياء من حوله.

### كيف تقوم بالنشاط

العب مع الرضيع مستخدماً الألعاب التي يمكن من خلالها استخدام حواسه في الرؤية والسمع، وتعتبر الألعاب ذات الألوان الزاهية مناسبة بحيث يمكن للرضيع معرفتها بسهولة.

#### • تعليق غليظة:

فم بتعليقها على بُعد حوالي ٣٠ سم فوق صدر الرضيع أثناء استلقائه على السرير، يستمتع الرضيع بمتابعة الغليظة بعينه، وسماع الصوت الذي تصدره. بالإضافة إلى ذلك، يتسجّع الرضيع للمسها بنفسه.



#### • دع الرضيع يسمع الأصوات:

دع الرضيع يسمع صوت الشخشخة من اتجاهات مختلفة. فحاول العثور عليها بعينه والاستماع إلى صوتها.



#### • دح الرضيع يتابع لعبة بعينه:

أظهر لعبة للرضيع على بُعد حوالي ٢٠ - ٣٠ سم منه، بعد التأكد من أن عيني الرضيع ترى اللعبة، حركها ببطء من جانب إلى الآخر حتى يتمكن من متابعتها بعينه.



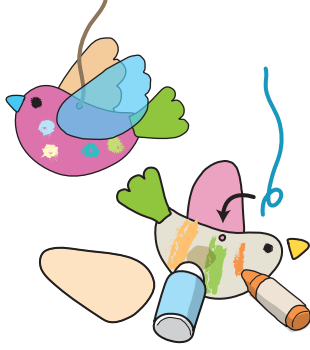
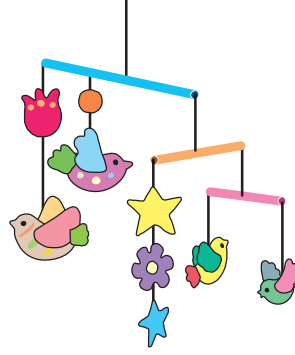
فووو .....  
صباح الخير



## كَيْفِيَّةُ الْإِعْدَادِ

١. عَلِيْقَةٌ فَوْقَ أَسِرَّةِ الرُّضْعِ

(أ) عَلِيْقَةٌ مَصْنُوعَةٌ مِنَ الْوَرَقِ وَالشَّقَاطَةِ  
الْمَوَادِّ: وَرَقٌ مُلَوَّنٌ، شَقَاطَةٌ، خَيْطٌ



قُمْ بِتَمْرِيرِ الْخَيْطِ دَاخِلَ الشَّقَاطَةِ ثُمَّ عَلِّقِ  
الطُّيُورَ فِي طَرَفِ الْخَيْطِ، وَقُمْ بِتَجْمِيعِ الْأَشْيَاءِ  
الْمَحْمُولَةِ كُلِّهَا وَاضْبُطْ تَوَازُنَهَا.

(ب) عَلِيْقَةٌ مَصْنُوعَةٌ مِنْ بَكَرَةِ سُلُوفَانٍ بِلَاسْتِيكِيٍّ لِلتَّغْلِيفِ  
وَعِطَاءِ الرُّجَاجَاتِ

الْمَوَادِّ: غِطَاءُ رُجَاجَاتٍ بِلَاسْتِيكِيَّةٍ، خَيْطٌ، سِلْسِلَةٌ، حُبُوبُ  
الْفُولِ، أُسْطُوَانَةُ النَّائِلُونِ اللَّاصِقِ لِلتَّغْلِيفِ وَشَرِيطٌ لَاصِقٌ  
مُلَوَّنٌ.

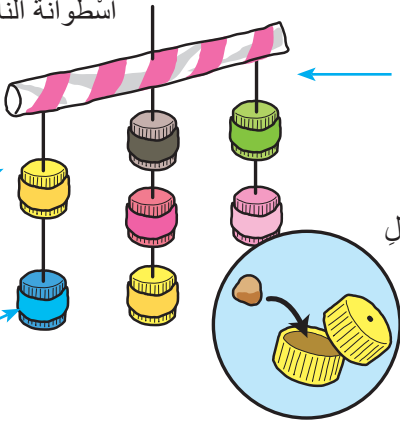
قُمْ بِعَمَلِ عُقْدَةٍ أَعْلَى  
وَأَسْفَلِ الشُّخْشِيخَةِ

حُبُوبُ الْفُولِ

أُسْطُوَانَةُ النَّائِلُونِ اللَّاصِقِ

خَيْطٌ

شَرِيطٌ لَاصِقٌ



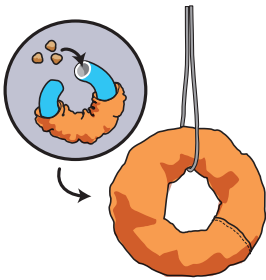
(ج) عَلِيْقَةٌ مَصْنُوعَةٌ مِنْ خُرْطُومٍ وَقِطْعَةٍ قُمَاشٍ

الْمَوَادِّ: خُرْطُومٌ طَوِيلٌ (٢٣ سم)، حُبُوبُ / فُولٌ، قُمَاشٌ  
(حجمها ٧\*٢٧ سم) وَخَيْطٌ.

صَنِعِ الْخُرْطُومَ فِي قِطْعَةِ قُمَاشٍ  
عَلَى شَكْلِ أَثْنَوَيْ

خَيْطِ الْحَوَافِّ

حُبُوبُ الْفُولِ



اَقْلِبْهَا

اجْعَلْ وَجْهَ الْقُمَاشِ لِلدَّخْلِ

الْصِّقْ حَوَافَّ الْخُرْطُومِ بِاسْتِخْدَامِ  
الشَّرِيطِ اللَّاصِقِ وَقُمْ بِتَخْيِيكِ حَوَافِّ  
قِطْعَةِ الْقُمَاشِ مَعًا

[أَشْكَالٌ أُخْرَى]

يُمْكِنُ اسْتِخْدَامُ هَذِهِ الْعَلِيْقَةِ كَخُشْعَاسٍ بِدُونِ السِّلْسِلَةِ

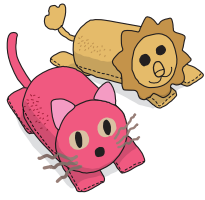
## دَعْمُ الْمَيْسَرَاتِ:

- تَأَكَّدْ مِنْ أَمَانِ وَنَظَافَةِ الْأَلْعَابِ مُسَبِّقًا.
- رَاقِبْ رُدُودَ أَفْعَالِ الرُّضْعِ وَنُومَهُ بِحِرَاصٍ.
- تَوَاصَلَ مَعَ الرُّضْعِ عَنْ طَرِيقِ الْكَلَامِ مَعَهُ، لَمْسِهِ، وَالِاسْتِجَابَةِ لَهُ مِنْ أَجْلِ تَطْوِيرِ ارْتِبَاطِكَ بِهِ.

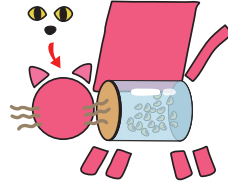
## ٢) الشُّشْبِيخَة:

أ) الشُّشْبِيخَة (مَصْنُوعَةٌ مِنَ الصُّوفِ، الْبَلَّاسْتِيكِ وَالْقُمَاشِ وَهَكَذَا؛ تُعَدُّ سَهْلَةً لِلْإِمْسَاكِ بِهَا مِنْ قَبْلِ الرُّضْعِ).

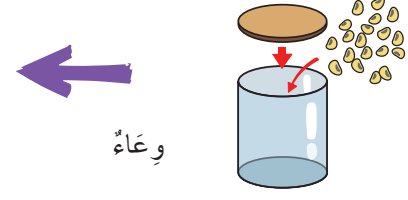
ب) الشُّشْبِيخَة عَلَى شَكْلِ حَيَوَانَاتٍ مَصْنُوعَةٍ مِنْ وُعَاءٍ وَقُمَاشِ الْمَوَادِّ: وُعَاءٌ قَارِعٌ (مُتَوَفِّرٌ بِأَحْجَامٍ مُنَاسِبَةٍ) قِطْعَةٌ مِنَ الْوَرَقِ الْمُقَوَّى، قُمَاشٌ، الْفُولُ / حُبُوبٌ.



قُمْ بِنَشْيِيتِ أَجْزَاءِ الْجِسْمِ إِلَى الْجِسْمِ نَفْسِهِ بِخِيَاطَتِهَا مَعًا



اقْطَعْ الْقُمَاشَ عَلَى شَكْلِ أَجْزَاءِ مِنْ جِسْمِ الْحَيَوَانِ



وُعَاءٌ

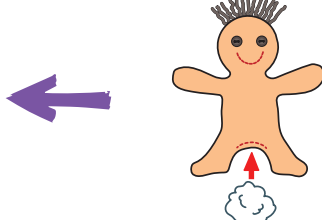
## ٣- الدُّمَى الْمَحْشُوءَةُ

أ) الْجِسْمُ

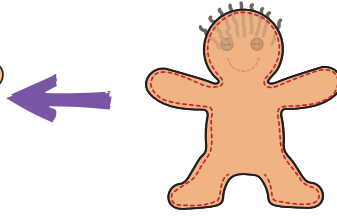
الْمَوَادِّ: قُمَاشٌ، قُطْنٌ خَامٌ، خَيْطٌ صُوفٌ

ارْبُطِ الْخَيْطَ الصُّوفَ بَيْنَ قِطْعَتَيْنِ الْقُمَاشِ

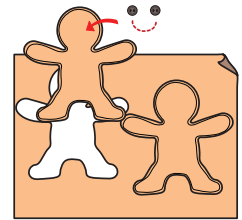
الْعَيْنَانِ وَالْفَمِ



اقْلِبِيهَا وَضَعِ الْقُطْنَ الْخَامَ بِالْإِدْخَالِ ثُمَّ خَيْطِ الْحَوَافَّ

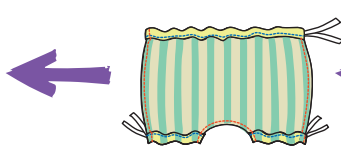
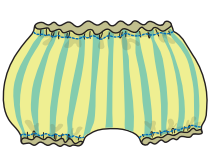


ضَعِ قِطْعَتَيْنِ مِنَ الْقُمَاشِ عَلَى شَكْلِ دُمِيَّةٍ مَعَ بَعْضِهِمَا مَعَ جَعْلِ الْجَانِبِ الْأَمَامِيِّ لِلدَّاخِلِ، قُمْ بِخِيَاطَةِ الْحَاقَّةِ، تَارِكًا جُزْءًا وَاحِدًا غَيْرَ مَخِيْطٍ.



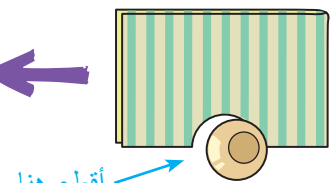
ب) شُورَتٌ عَلَى شَكْلِ الْيَقِطَيْنِ

الْمَوَادِّ: قِطْعَةٌ قُمَاشٍ مُسْتَطِيلَةٌ الشَّكْلِ - خَيْطٌ مَرْنٌ لِلْخِيَاطَةِ



اسْحَبْ وَارْبُطْ قِطْعَ الْخَيْطِ الْمَرْنِ

الْخُطُّ الْأَحْمَرُ: مَخِيْطٌ  
الْخُطُّ الْأَزْرَقُ: ثَلَاثُ قِطْعٍ مَطْوِيَّةٍ وَمَخِيْطَةٍ، مَعَ مُرُورِ الْخَيْطِ الْمَرْنِ بِدَاخِلِهَا.

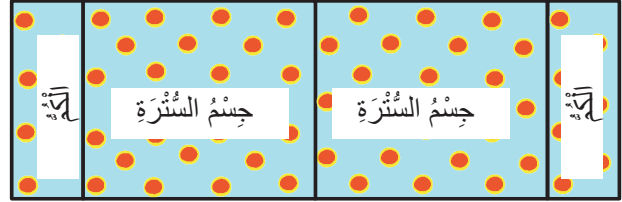


اقْطَعْ هُنَا

اقْلِبِ الشُّورَتِ! اطْوِ الْقُمَاشَ إِلَى نِصْفَيْنِ مَعَ وُجُودِ الْجَوَانِبِ الْأَمَامِيَّةِ بِالْإِدْخَالِ.

ج) سُرَّة  
المواد: قِطْعَةُ قُمَاشٍ مُسْتَطِيلَةٍ، خَيْطٌ مَرْنٌ

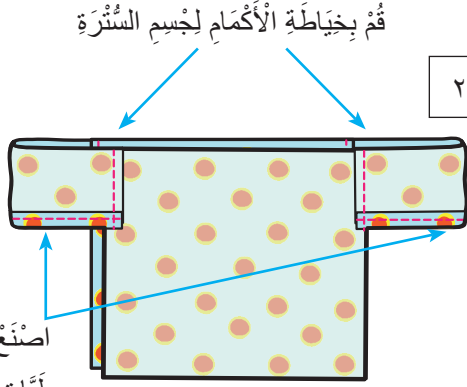
١



اقطع القُمَاشَ لأربعة أجزاء



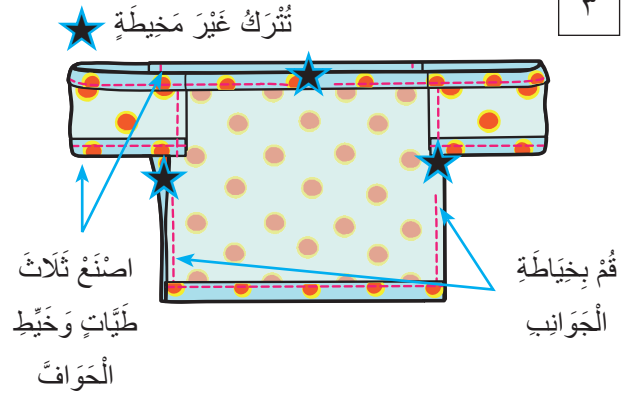
٢



اصْنَعِ ثَلَاثَ  
طَيَّاتٍ وَخَيْطِ  
الْحَوَافَّ

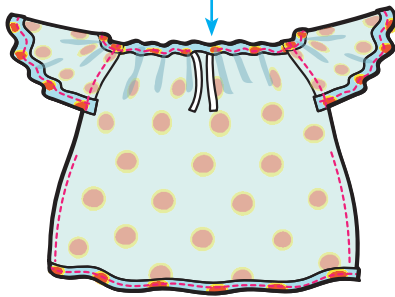
صَغِ الْأَرْبَعَ قِطَعٍ مِنَ الْقُمَاشِ مِثْلَمَا  
هُوَ مُوضَّحٌ أَعْلَاهُ مَعَ جَعْلِ الْجَوَانِبِ  
الْأَمَامِيَّةِ بِالْإِخْلَالِ

٣



مَرِّرْ قِطْعَةً مِنَ الْخَيْطِ الْمَرْنِ مِنْ  
خِلَالِ الْفَتْحَةِ

٤



٥



اقْلِبِ السُّرَّةَ وَاسْحَبْ وَارْبُطْ شَرِيْطَ الْخِيَاطَةِ الْمَرْنِ.

## التَّحْدِيقُ وَاللَّعِبُ بِكِلْتَا يَدَيْهِ

### الْأَهْدَافُ

في نهاية النشاط يُتَوَقَّعُ أَنْ:

- ينظر الرضيع إلى يديه وهي تتحرك.
- يتابع الرضيع حركة يديه باهتمام.
- يبتسم الرضيع عند لعق يديه.

### (الْمَهَارَاتُ الْحَسِّيَّةُ وَالشُّعُورِيَّةُ)

يُصْبِحُ الرَّضِيعُ قَادِرًا عَلَى مُتَابَعَةِ شَيْءٍ يَتَحَرَّكُ مِنْ حَوْلِهِ بِعَيْنَيْهِ.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

يَلْعَبُ الرَّضِيعُ بِيَدَيْهِ، وَيَقُومُ بِلَعَقِهِمْ، وَيَشْعُرُ بِمَلْسِ الْأَيْدِينَ وَاللِّسَانِ، وَيَتَعَلَّمُ كَذَلِكَ أَنَّ يُمَكِّنَهُ تَحْرِيكُ يَدَيْهِ بِإِرَادَتِهِ الْخَاصَّةِ.



يُدْرِكُ الرَّضِيعُ يَدَيْهِ عِنْدَمَا تَكُونُ فِي مُسْتَوَى نَظَرِهِ، بِدُونِ مَعْرِفَةِ أَنَّهُ جُزْءٌ مِنْ جِسْمِهِ، تُثَبِّرُ يَدَيْهِ فَضُولَهُ، يَحْدِيقُ بِهِمَا وَيُصْبِحُ قَادِرًا عَلَى مُتَابَعَةِ شَيْءٍ مَا بِعَيْنَيْهِ.

مِنْ خِلَالِ الْقِيَامِ بِذَلِكَ، يَعْرِفُ وَيَتَأَكَّدُ مِنْ أَنَّ يَدَيْهِ جُزْءٌ مِنْ جِسْمِهِ، وَأَنَّ بِإِمْكَانِهِ تَحْرِيكَهَا بِنَفْسِهِ.



### دَعْمُ الْمَيْسَرَاتِ

- تَحْضِيرُ بَيْئَةٍ نَظِيفَةٍ وَأَمْنَةٍ وَمُرِيحَةٍ حَتَّى يَسْتَطِيعَ الرَّضِيعُ الْإِسْتِمْتَاعَ بِاللَّعِبِ بِيَدَيْهِ.

## اللقاء مُستَقْبِلًا عَلَى بَطْنِهِ

### الأهداف

- في نهاية النشاط يُتَوَقَّعُ أن:
- يتعرف الرضيع على أوضاع بدنه.
- يرفع الرضيع رأسه إلى الأعلى.
- يستمتع الرضيع بتحريك رأسه.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

اسمح للرضيع باللعب بينما هو مستلقيًا على بطنه عندما يبلغ من العمر شهرين إلى ثلاثة أشهر

إليك بعض النصائح للقيام بذلك:

- عندما يكون الرضيع في حالة مزاجية وصحة جيدة.
- في مكان لا تكون المواد فيه ناعمة للغاية.
- ضع وسادة أو منشفة ملفوفة تحت صدر الرضيع وقم بتحديد الوقت، حتى لا تؤثر تلك الوضعية على تنفس الرضيع أو حتى لا تكون صعبة على جسمه.
- قم بتشجيع الرضيع على حمل رأسه، وذلك بالحديث إليه بابتسامة وفي نفس مستوى رؤيته، أو بإظهار اللعب أمامه.



### دَعْمُ الْمَيْسِرَاتِ:

- وفقًا لوضع الرضيع وتطوره، قم بتحديد طول الوقت المناسب بالنسبة له للبقاء في هذا الوضع، ووضع الوسادة / المنشفة تحت صدره.

|                           |                   |                  |                               |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|
| المهارات اللغوية والتواصل | المهارات المعرفية | المهارات البدنية | المهارات العاطفية والاجتماعية |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|

## القبض على شيء ما بكف اليد

### الأهداف

- في نهاية النشاط يُتوقع أن:
- يتعرف الرضيع على الأصوات المختلفة.
- يبدي الرضيع رغبته في اللعب.
- يحرك الرضيع الشخصيّة.

### كيف تقوم بالنشاط

صنع شيئاً خفيفاً ورفيعاً، مثل يد الشخصيّة في كف الرضيع، وأتركه يقبض بيده عليها، سيستمر في القبض عليها لبعض من الوقت.

يصبح الرضيع تدريجياً قادراً على التحديق عند الاستماع إلى الأصوات، وتحريك ولعق الشيء الموجود في يده. تكلم مع الرضيع حتى يصبح مهتماً بالشيء الموجود في يده.



### دعم الميسرات:

- تأكد من أن الشيء الموجود في كف الرضيع شيء آمن ونظيف.
- من الأفضل أن يكون للشيء ألوان براق، ويمكنه إصدار أصوات لطيفة حتى يشد انتباه الرضيع.

### كيفية الإعداد: شيء رفيع وخفيف الوزن مثل الشخصيّة.

## مهارات الرعاية الذاتية (الأكل)

### -حليب الأم/حليب صناعي بزجاجة في الحضانة- (من شهر حتى ٦ أشهر)

#### الأهداف

#### من ١ حتى ٣ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يتعرف الرضيع على وجوه الأشخاص المحيطين به.
- يُفرق الرضيع بين الأشخاص الجدد.
- يبتسم الرضيع عند رؤية الأشياء.

#### (مهارات الرعاية الذاتية)

يُحصل الرضيع على التغذية اللازمة للنمو الصحي.

**رُدود الفعل البدائية للرضاعة:** يرضع الرضيع بقوة من الحلمة عندما تلمسها شفتاه للحصول على حليب الأم / الحليب الصناعي (رد الفعل الانعكاسي "المص"). عندما يتم لمس خديه أو شفتيه، يبحث عن المحفزات للحصول على الحليب (رد الفعل المنعكس "التجدير").

#### من ٣ حتى ٦ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يتواصل الرضيع مع الميسرة سمعياً وبصرياً.
- يصدر الرضيع مقاطع لفظية (آه- إي- اوه... إلخ).
- يستمتع الرضيع بإصدار المقاطع اللفظية.

#### (مهارات الرعاية الذاتية):

يُحصل الرضيع على التغذية اللازمة لنمو صحي، يُحصل على كمية أكبر من حليب الأم / الحليب الصناعي في وقت واحد، ويتغذى على فترات منتظمة وأوقات أكثر.

#### كيف تقوم بالنشاط؟

١. لبن الأم: هو الأفضل لنمو الرضع للأسباب التالية (منظمة الصحة العالمية، ص ٩، ٢٠٠٩):  
يحتوي على جميع العناصر الغذائية التي يحتاج لها الرضيع في الأشهر الستة الأولى من حياته، بما في ذلك الدهون والكربوهيدرات والبروتينات والفيتامينات والمعادن والماء.  
يسهل هضمه واستخدامه بكفاءة.  
يحتوي على عوامل نشطة بيولوجياً تقوي جهاز المناعة غير الناضج للرضيع، وتوفر الحماية من العدوى، وعوامل أخرى تساعد على هضم وامتصاص العناصر الغذائية.  
يوصى بإطعام الرضع كثيراً ومتى أرادوا، ليلاً ونهاراً.  
يتم تشجيع الأمهات على إرضاع أطفالهن رضاعة طبيعية قدر الإمكان عندما يكونون في المنزل، وكذلك عندما يكون الرضع في دور الحضانة، عندما لا تستطيع الأمهات الذهاب إلى دور الحضانة للرضاعة الطبيعية، شجعهن على التفكير في تفرغ لبن الثدي وتركه في دور الحضانة لإعطائه لأطفالهن.

\* يُمكن الاحتفاظ بحليب الثدي المسحوب (منظمة الصحة العالمية، ص ٣٣، ٢٠٠٩)

- لمدة ٨ ساعات في درجة حرارة الغرفة.
- لمدة ٢٤ - ٤٨ ساعة في الثلاجة.
- لمدة ٣ أشهر في حالة التجميد العميق.

## • ٢. حليب الأطفال السائل وحليب الأطفال البودرة:

عندما لا تتوفر الرضاعة الطبيعية، يُمكن أن تكون هذه بدائل. تركيبة حليب الأطفال السائلة أكثر أماناً من حليب الأطفال المجفف لأن الأولى مُعقَّمة، بينما لم يتم تصنيع الثانية لتكون معقمة. يحتاج حليب الأطفال المجفف إلى الإعداد والتعامل الصحيح لتقليل مخاطر الأمراض المعدية.

\* **استخدام أكواب أو زجاجات للتغذية؟**: إذا كانت منطقتك تعاني من مشاكل في الصرف الصحي والمياه النظيفة، فإن التغذية بالكوب أكثر أماناً من الرضاعة بالزجاجة. وذلك لأن فم وأسطح الزجاجات أكثر صعوبة في التنظيف، ويمكن أن تحتوي على بكتيريا ضارة قد تسبب أمراض للرضع.

\* بما أن استخدام زجاجة الرضاعة من حليب الرضع المجفف أمر شائع في مصر، يرجى الرجوع إلى ما يلي في

مرفق ١: **نصائح لتناول الطعام**

١. "كيفية تحضير الحليب المجفف للرضع في أماكن الرعاية" (منظمة الصحة العالمية ومنظمة الأغذية والزراعة، ٢٠٠٧)
- (أ) **كيفية تنظيف وتعقيم وتخزين معدات التغذية والتحضير**
- (ب) **الرضاعة بالزجاجة: كيفية تحضير زجاجة الرضاعة**

## ◀ نصائح حول الرضاعة باستخدام زجاجة الرضاعة:

- كن متنبهاً لإشارة الرضيع إلى أنه جائع، (على سبيل المثال: تحريك رأسه وفمه، والبكاء في مص شيء (أصابعه، إلخ)).
- أطعم الرضيع في جو مريح في أثناء النظر في عينيه والابتسام والتحدث معه.
- قم بوضع فم الزجاجة برفق على شفتي الرضيع أو خده، ثم يستدير نحوها ويفتح فمه لامتصاصها، ساعده على سحب حلمة الرضاعة في فمه.

- في أثناء إرضاع الرضيع، قم بإمالة الزجاجة قليلاً حتى تمتلئ حلمة الرضاعة بالحليب دائماً. (بهذه الطريقة، لا يبتلع الكثير من الهواء).

- كن متنبهاً لأي فعل / علامة يصدرها الرضيع تشير إلى أنه ممتلئ (مثل دفع الحلمة بلسانه)، ولا تحاول إجباره على شرب أكثر مما يريد.

- عندما ينتهي الرضيع من الرضاعة، ساعده على التجشؤ عن طريق إمساكه في وضع مستقيم فوق كتفك والطبوبة / تدليك ظهره من الأسفل إلى الأعلى. (ضع قطعة قماش على الكتف، فقد يخرج الرضيع القليل من الحليب عند التجشؤ).



• راقب الرضيع بعناية لفهم كميّة الحليب الذي يشربه وكيف يشربه، لدعمه بشكل أفضل.

• حاول إبقاء عدد الميسرات الذين يقومون بإطعام الرضيع أقل عدد ممكن، بحيث يُمكن أن تتاح له فرصة الارتباط بأولئك الأقرب إليه.



تَجَشَّؤُ...

|                           |                   |                  |                               |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|
| المهارات اللغوية والتواصل | المهارات المعرفية | المهارات البدنية | المهارات العاطفية والاجتماعية |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|

## مهارات الرعاية الذاتية (النوم)

### - النوم في الحضانة - (من شهر حتى ٦ أشهر)

#### الأهداف

من ١ حتى ٣ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يُبدي الرضيع رغبته في النوم.
- ينام الرضيع نوماً صحيحاً.
- يتعرف الرضيع على وجوه المحيطين به.

#### (مهارات الرعاية الذاتية)

يُحصل الرضيع على قدر كافٍ من النوم في نمط جيد لِنُموّ صحي، ويستيقظ من النوم كل بضع ساعات.

من ٣ حتى ٦ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يتعرف الرضيع على وجوه المحيطين به عند الاستيقاظ.
- يصدر الرضيع أصواتاً للتعبير عن فرحته عندما يرى الميسرة.
- يعبر الرضيع عن نفسه.

#### (مهارات الرعاية الذاتية)

يُحصل الرضيع على قدر كافٍ من النوم في نمط جيد لِنُموّ صحي، يظل تدريجياً مستيقظاً لفترة أطول في النهار، وينام لفترة أطول في الليل.

#### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

يَحْتَاجُ الرُّضْعُ إِلَى الْكَثِيرِ مِنَ النَّوْمِ لِتَنْمِيَّتِهِمُ الصَّحِيَّةَ.

- **حَدِيثُ الْوِلَادَةِ حَتَّى الشَّهْرِ الْأَوَّلِ:** ينامون ١٤ - ١٨ ساعة من أصل ٢٤ ساعة، لا يوجد نهار أو ليل في أنماط نومهم، يكررون النوم لمدة ٢ - ٣ ساعات، ويستيقظون للرّضاعة أو الإخراج، وبعد ذلك النوم مجدداً بعد الشعور بالراحة. يصبح إجمالي وقت النوم في اليوم تدريجياً أقصر وفقاً لِنُموّ الرضع، بالإضافة إلى ذلك، سيقون مستيقظين لفترات أطول في أثناء النهار، وينامون لفترات أطول في الليل.
- **فِي حَوَالِي شَهْرَيْنِ:** سيظهر نمط النهار والليل (إيقاع الساعة البيولوجية) ويصبح واضحاً بحلول حوالي ٦ أشهر.
- **فِي حَوَالِي ٦ أَشْهُرٍ:** قد ينام الأطفال من ١٣ إلى ١٤ ساعة في اليوم، مع حوالي ١٠ ساعات من ذلك النوم ليلاً (الوضع الأمثل من ٧ مساءً إلى ٧ صباحاً)، والباقي مقسم على حوالي ٣ قيلولات نهائية.



### ◀ التَّعَاوُنُ مَعَ أُسْرَةِ الرَّضِيعِ فِي إِثْشَاءِ نَمَطِ النَّوْمِ وَالْإِسْتِيقَاطِ الْجَيِّدِ لِلطُّفْلِ عَلَى النَّحْوِ التَّالِي:

- حَدد تَدْرِيجِيًّا وَقتَ نَومٍ وَوقتَ اسْتِيقَاطٍ مَحْدَدٍ لِلرَّضِيعِ.
- دَعِ الرَّضِيعَ يَلْعَبُ وَيَتَعَرَّضُ لِلضَّوئِ الْخَارِجِيِّ وَالْهَوَاءِ قَدْرَ الْإِمْكَانِ لِمُسَاعَدَتِهِ عَلَى فَهْمِ الْفَرْقِ بَيْنَ النَّهَارِ وَاللَّيْلِ.

### ◀ فِيمَا يَتَعَلَّقُ بِالْقِيُولَةِ النَّهَارِيَّةِ فِي الْحَضَانَةِ، فَمُ بِإِعْذَادِ بِيئَةٍ مُنَاسِبَةٍ وَتَأَكُّدِ مِنْ أَنَّ الرَّضِيعَ يَنَامُ جَيِّدًا، مَا يَلِي يُمَكِّنُ

- أَنْ يَكُونَ مُفِيدًا لَكَ.
- اجْعَلِ مَنطَقَةَ السَّرِيرِ هَادِئَةً وَخَافِتَةً.
- اجْعَلِ دَرَجَةَ حَرَارَةِ الْغُرْفَةِ مُنَاسِبَةً.
- ضَعْ جَانِبًا أَيْ شَيْءَ فَوْقَ السَّرِيرِ يُمَكِّنُ أَنْ يَسْقُطَ عَلَى الرَّضِيعِ.
- اسْتَخْذِمِ مَرْتَبَةً صَلْبَةً نَسِيًّا لِلسَّرِيرِ لَتَقْلِيلِ خَطَرِ الْإِخْتِنَاقِ.
- ابْحَثْ عَنِ الطَّرِيقَةِ الْمَفْضَلَةِ لِلنَّوْمِ لَدَى الرَّضِيعِ وَقَمِ بِتَطْبِيقِهَا لَهُ مِثْلَ غَنَاءِ الْأَغَانِي، أَوْ إِمْسَاكِهِ وَأَرْجَحَتِهِ، أَوْ الطَّبْطَبَةِ بِرَفْقٍ عَلَى صَدْرِهِ عَلَى السَّرِيرِ.
- تَجَنَّبْ تَرْكَ الرَّضِيعِ يَنَامُ عَلَى بَطْنِهِ حَتَّى يَتِمَكَّنَ مِنَ التَّقَلُّبِ بِنَفْسِهِ لَتَقْلِيلِ مَخَاطَرِ SIDS (مُتَلَازِمَةُ مَوْتِ الرَّضِيعِ الْمَفَاجِئِ).



- تَأَكَّدْ مِنْ أَنَّ اللَّحَافَ لَا يَغْطِي فَمَهُ، وَأَبْعَدِ الْأَشْيَاءَ الْمَوْجُودَةَ حَوْلَ وَجْهِهِ.
- رَاقِبِهِ حَتَّى يَنَامَ حَتَّى يَتِمَكَّنَ مِنَ النَّوْمِ بِرَاحَةٍ.
- رَاقِبِ الرَّضِيعَ بِعُنَايَةٍ وَبِشَكْلِ مُتَكَرِّرٍ فِي أَثْنَاءِ النَّوْمِ لَتَحَقُّقِ مِنْ حَالَتِهِ مِثْلَ نَفْسِهِ، لَوْنِ وَجْهِهِ وَوَضْعِيَّةِ نَوْمِهِ.
- إِذَا كَانَ الرَّضِيعُ يَقْشَطُ (يَخْرُجُ الْحَلِيبُ الزَّائِدُ) فِي أَثْنَاءِ النَّوْمِ، امْسَحِ الْحَلِيبَ بِرَفْقٍ.
- إِذَا كَانَ الرَّضِيعُ يَتَعَرَّقُ كَثِيرًا، امْسَحِ الْعَرَقَ بِرَفْقٍ أَوْ غَيْرِ مَلَابِسِهِ.
- عِنْدَمَا يَسْتَيْقِظُ الرَّضِيعُ، تَحَدَّثْ مَعَهُ بِلُطْفٍ وَاحْمِلْهُ خَارِجَ السَّرِيرِ حَتَّى لَا يَتِمَّ تَقْيِيدُ حَرَكَةِ الْجِسْمِ الْعَفْوِيَّةِ.

|                           |                   |                  |                               |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|
| المهارات اللغوية والتواصل | المهارات المعرفية | المهارات البدنية | المهارات العاطفية والاجتماعية |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|

## مهارات الرعاية الذاتية (الإخراج) تغيير الحفاضات - ( من شهر حتى ٦ أشهر)

### الأهداف

#### من ١ حتى ٣ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يتحمس الرضيع في أثناء تغيير الحفاضة.
- يرفرف الرضيع بقدميه و يديه عند تغيير الحفاضة.
- يشعر الرضيع بالحب من الميسرة عند تغيير الحفاضة.

#### (مهارات الرعاية الذاتية)

يبقى الرضيع نظيفاً، ويشعر بالراحة عندما يغير حفاظته.

#### من ٣ حتى ٦ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يعبر الرضيع عن شعوره بعدم الارتياح.
- يصدر الرضيع أصواتاً للتعبير عن فرحته عند تغيير الحفاضة.
- يبتسم الرضيع عند تغيير الحفاضة.

#### (مهارات الرعاية الذاتية)

يبقى الرضيع نظيفاً، ويظهر عدم ارتياحه بالبكاء عندما تكون حفاظته مبلولة.

### كيف تقوم بالنشاط

في هذا السن، يتبول الرضيع بشكل متكرر لأن مثانته لا تزال صغيرة ولا يمكنها تخزين الكثير من البول، بالإضافة إلى ذلك، يتبول الرضيع دون قصد لأن نظامه العصبي لم يتم تطويره بالكامل بعد.



### ◀ بَعْضُ النَّصَائِحِ لِتَغْيِيرِ الْحَفَاطَةِ:

- قم بفحص ما إذا كانت الحفاضة مبللة بِشَكْلٍ مُتَكَرِّرٍ (خاصة بعد الأكل)، قم بتغييرها بحفاضة أخرى نظيفة في أسرع وقت ممكن.
- أخبر الرضيع أنك ستغير له بصوت لطيف.
- ← هَذَا يُسَاعِدُ الطِّفْلَ تَدْرِيجِيًّا عَلَى أَنْ يَكُونَ قَادِرًا عَلَى تَوْقِعِ مَا يَحْدُثُ، وَالْمِشَارَكَةِ فِي هَذَا النِّشَاطِ بِنَفْسِهِ.
- ارفع أسفل الرضيع برفق حَتَّى لَا تَضُرَ مَفَاصِلَ الْفَخْذِ.
- فِي أَثْنَاءِ تَغْيِيرِ الْحَفَاضِ، ابْتَسِمِ وَتَتَحَدَّثِ إِلَى الرِّضِيعِ كَثِيرًا لِأَنَّ هَذَا يُعَدُّ وَقْتًا مُهِمًّا لِلرِّضِيعِ لِتَطْوِيرِ ارْتِبَاطِهِ بِكَ.
- بعد تغيير الحفاضة، قل للرضيع إنه الآن نظيف وأنه يَشْعُرُ بِالرَّاحَةِ.
- ← بِهَذِهِ الطَّرِيقَةِ، يَفْهَمُ الرِّضِيعُ تَدْرِيجِيًّا الْفَرْقَ بَيْنَ عَدَمِ الرَّاحَةِ وَالرَّاحَةِ، وَبِذَلِكَ يَحِبُّ أَنْ يَكُونَ نَظِيفًا.
- عِنْدَمَا يُصْبِحُ الرِّضِيعُ قَادِرًا عَلَى رَفْعِ رَأْسِهِ بِنَفْسِهِ، يُمَكِّنُ أَنْ تُشْجِعَ الرِّضِيعَ الْمُسْتَقْلِي عَلَى ظَهْرِهِ أَنْ يَرْفَعَ جِسْمَهُ عَنْ طَرِيقِ الْإِمْسَاكِ بِإِبْهَامِكَ. (أَمْسِكِ بِيَدِ الرِّضِيعِ مِنْ أَجْلِ سَلَامَتِهِ)
- ← يُمَكِّنُ هَذَا أَنْ يُسَاعِدَ الرِّضِيعَ عَلَى تَطْوِيرِ مَهَارَتِهِ الْحَرَكِيَّةِ.
- اغسل يديك بعد تغيير حفاضة الرضيع من أجل النظافة.



|                           |                   |                  |                               |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|
| المهارات اللغوية والتواصل | المهارات المعرفية | المهارات البدنية | المهارات العاطفية والاجتماعية |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|

## مهارات الرعاية الذاتية (تغيير الملابس) تغيير / ضبط الملابس - ( من شهر حتى ٦ أشهر )

### الأهداف

من ١ حتى ٣ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يتعرف الرضيع على وجوه المحيطين به.
- يشير الرضيع إلى عدم راحته والحاجة لتغيير ملابسه.
- يشعر الرضيع بالحب والثقة بينه وبين الميسرة بعد تغيير الملابس.

### (مهارات الرعاية الذاتية):

يبقى الرضيع نظيفاً، ودرجه حراره جسمه مضبوطه بالملابس. (التمثيل الغذائي لديه مرتفع، لا يمكنه ضبط درجة حرارة جسمه جيداً)

من ٣ حتى ٦ أشهر

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يتعرف الرضيع على وجوه المحيطين به.
- يصدر الرضيع أصواتاً مختلفة (مناغاة).
- يعبر الرضيع عن نفسه سواء بالبكاء أو الضحك.

(مهارات الرعاية الذاتية): كما هو مذكور في هدف من ١ - ٣ أشهر

### كيف تقوم بالنشاط

قم بتغيير ملابس الرضيع (الملابس الداخلية) عندما يتعرق أو تتسخ يمكن ما يلي أن يكون مفيداً لك.

- أخبر الرضيع أنه سيتم تغيير ملابسه.
- على سبيل المثال: "أوه، لقد تعرقت كثيراً، دعنا نغير الملابس الداخلية".
- ← سوف يفهم الرضيع ما يجري ويبدأ لاحقاً في تغيير ملابسه بنفسه.
- أخبر الرضيع بأنه نظيف الآن ويشعر بالراحة.
- ← سوف يدرك الرضيع راحة كونه نظيفاً.
- اضبط ملابس الرضيع وفقاً لدرجة الحرارة.
- ألبس الرضيع ملابس مريحة غير سميكة.
- ← يُمكن أن تسمح هذه الملابس للرضيع بالتحرك بنشاط وضبط درجة حرارة جسمه بنفسه، اطلب من والدي الطفل / الأوصياء عليه إعداد مثل هذه الملابس له.



## أغاني ( من ١ حَتَّى ٣ أَشْهُر )

يشعر الرُّضْع بالسعادة ويتشجعون عَلَى إِصْدَارِ الْأَصْوَاتِ بينما يستمعون إِلَيْكَ تَغْنِي لَهِمُ الْأَغَانِي  
يرجى غناء الْأَغَانِي لَهُمْ بِلُطْفٍ وَابْتِسَامَةٍ كَبِيرَةٍ.

### ١. أغنية حبيبة أمها

المؤلف: حسين السيد , الملحن: فريد الأطرش



حبيبة أمها يا أخواتي بحبها  
حبيبة أمها يا أخواتي بحبها  
يا أخواتي يا أخواتي  
يا أخواتي بحبها دي حبيبة أمها  
يا أخواتي بحبها دي حبيبة أمها

أيام عمري اللي فانت عشانك عشتها  
وسنين عمري اللي جاية عشانك حشتم  
أيام عمري اللي فانت عشانك عشتها  
وسنين عمري اللي جاية عشانك حشتم

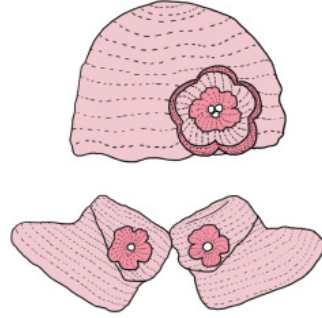
عايز اكي تبقى شابة وعينهم يخدمهم  
عايز اكي تبقى شابة وعينهم يخدمهم  
ويشيلو ولاد حبيبتى وحبايب ستم  
أخواتي بحبها دي حبيبة أمها

### ٢. أغنية لابس زعبوط

(كلاً من المؤلف والملحن غير معروفين )

يا نونو لأ نونو بتعيط ليه؟  
انت كنتكوتة ولا بطوطة ولا اسمك ايه.؟؟..

لابس طعبوط وفردة بوت  
وجي منين.؟؟؟..  
من غير ما تبص يا شبر ونص رايح علي فين.؟؟؟  
( يتم التكرار )



### ٣. أغنية حلقاك برجالاتك

(أغنية السبوع للأطفال)

المؤلف: شريف المنياوي , الملحن: فتحي حجازي



يا رب يا ربنا تكبر وتبقى قدنا  
يا رب يا ربنا تكبر وتبقى قدنا  
تجري وتلعب زينا وتبقى اشطر منا  
حلقاته برجلاته إن شاء الله يعيش يكبر يبقى في  
وسط أخواته جن مصور زيه مفيش  
حلقاته برجلاته إن شاء الله يعيش يكبر يبقى في  
وسط أخواته جن مصور زيه مفيش

## أَنْشِطَةُ لِلرُّضْعِ مِنْ سِنِّ ثَلَاثَةٍ حَتَّى سِتَّةِ أَشْهُرٍ



| الْهَدَفُ الرَّئِيسِيُّ مِنَ الرَّعَايَةِ وَالتَّعَلُّمِ                                                                               | خَصَائِصُ تَطَوُّرِ الرُّضْعِ                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| يَقْضِي الرُّضْعُ وَقْتَهُ فِي مِزَاجٍ جَيِّدٍ وَفَقًا لِإِيقَاعِ الْحَيَاةِ الْخَاصَّةِ بِهِ، وَالَّتِي أَصْبَحَتْ أَكْثَرَ ثَبَاتًا. | يَحْمِلُ الرُّضْعُ رَأْسَهُ وَيُصْبِحُ قَادِرًا عَلَى الثَّقَلِ وَذَلِكَ نَتِيجَةُ لَزِيَادَةِ قُوَّةِ عَضَلَاتِ الذَّرَاعَيْنِ. |

### التَّعَاوُنُ مَعَ الْآبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ

- تعاون مَعَ الْآبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ لِبِنَاءِ دَوْرَةِ نَوْمٍ وَاسْتِيقَازٍ جَيِّدٍ لِلطِّفْلِ.
- تَلَفَّتْ نَظْرَ الْآبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ لِنَظَافَةِ وَأَمَانِ الْمَنْزِلِ لِصَالِحِ الطِّفْلِ مَعَ الْمِشَارَكَةِ فِي الْاسْتِمْتَاعِ بِتَنْمِيَّتِهِ.

## مراحل تنمية الاطفال الرضع من عمر شهر واحد حتي ٢٤ شهراً

يكتسب الطفل مهارات متنوعة بنهاية كل مرحلة تطور كالاتي:

### المجال الأول: تعلم المهارات العاطفية والاجتماعية

- يبتسم الرضيع عند تغيير الحفاضة.
- يرتبط الرضيع ارتباطاً إيجابياً بالميسرات.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تفهم الميسرات شعور الرضيع و تستجيب له بحساسية. و تتواصل معه بنشاط باستخدام كلمات رقيقة وابتسامة، من أجل مواصلة تطوير ارتباطه بهم.

### المجال الثاني: التطور البدني

- يجرب الرضيع درجة الأشياء.
- يتحكم الرضيع في بدنه في أثناء التقلب.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تعد الميسرة مكان أمن و نظيف وكافي حيث يمكن للرضيع أن يتقلب.

### المجال الثالث: التطور المعرفي

- يتعرف الرضيع على وجوه المحيطين به.
- يتعرف الرضيع على الأشياء من حوله.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تؤكد الميسرات أن الطفل الرضيع يستمتع بما فيه الكفاية باستكشاف الملابس الجديدة، مع الحرص على سلامته ونظافته.

### المجال الرابع: تطور اللغة ومهارات التواصل

- يعبر الرضيع عن نفسه.
- يتواصل الرضيع مع الميسرة سمعياً وبصرياً.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. اصدار اصوات و تعبيرات وجه واضحة عند التحدث مع الرضيع.

### المجال الخامس: مهارات الرعاية الذاتية

- النوم: يظل تدريجياً مستيقظاً لفترة أطول في النهار، وينام لفترة أطول في الليل.
- الافراز: يظهر عدم شعوره بالراحة بالبكاء عندما تكون حفاظته مبللة.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تنتظر الميسرة إلى عيني الرضيع وإخباره بما ستقوم به من رعاية حتي يستطيع مع الوقت استيعاب ما تقوله وما يختبره ويصبح راغباً في فعله بنفسه.

لقراءة المزيد من التفاصيل عن مراحل تنمية الاطفال الرضع من عمر شهر واحد حتي ٢٤ شهراً، برجاء التوجه الي صفحة ٢٧٩ إلي صفحة ٢٨٢.

|                           |                   |                  |                               |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|
| المهارات اللغوية والتواصل | المهارات المعرفية | المهارات البدنية | المهارات العاطفية والاجتماعية |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|

## اللعب بالدمى

### الأهداف

- في نهاية النشاط يُتوقع أن:
- يتعرف الرضيع على شكل الدب.
- يردد الرضيع أصواتاً حيوية بنشاط.
- يستمتع الرضيع برؤية الدمى (العرائس بأنواعها: القفازية - الصبع- مجسمات... إلخ).

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

ضع يديك في الدمية وحركها، وتحدث مع الرضيع كأن الدمية تفعل ذلك بمفردها.

يَسْمَعُ الرضيع برؤية الدمية تتحرك وتتحدث إليه، وينتجع لإصدار أصوات من سعادته.



### دَعْمُ الْمَيَسَّرَاتِ:

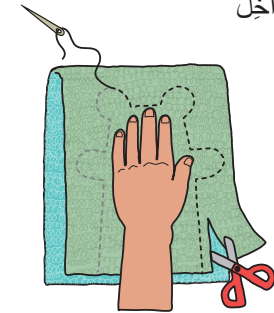
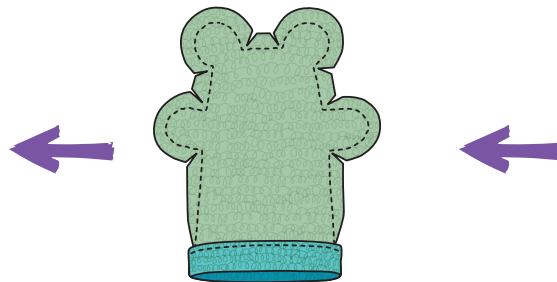
- تحدث إلى الرضيع كثيرًا حيث يتفاعل بشكل خاص مع الأشخاص الذين يرتبط بهم، هذا يُمكن أن يعزز إصداره للمقاطع اللفظية.
- قلد الأصوات التي يصدرها الرضيع حتى يشعُر بالقبول وتشجيعه على إصدار المزيد من الأصوات.

### كَيْفِيَّةُ الْإِعْدَادِ

المواد: منشفة بملمس ناعم (ضعف حجم يد الشخص البالغ)، وقطع قماش لصنع الوجه.

اقلبها وضع العين والفم في المكان الذي تريده

منشفة مطوية مع وجه القماش في الداخل



اصنع بعض الفتحات عند الكتف، الإبط وبالقرب من الأذن عند الهامش.  
قم بصنع ثلاث ثنيات عند الجزء السفلي من حافة القماش وخيطهم.

ارسم شكل حيوان وقم بالخياطة على الشكل المرسوم.  
اقطع حوالي ٥ مم من القماش من خارج الخط.

## الاستمتاع بالتواصل البدني مع الميسرات

### الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يستجيب الرضيع لمداعبات الميسرة.
- حرك الرضيع بدنه تعبيراً عن سعادته عند التواصل البدني مع الميسرات.
- يسعد الرضيع عند تحريك أجزاء بدنه.

### كيف تقوم بالنشاط

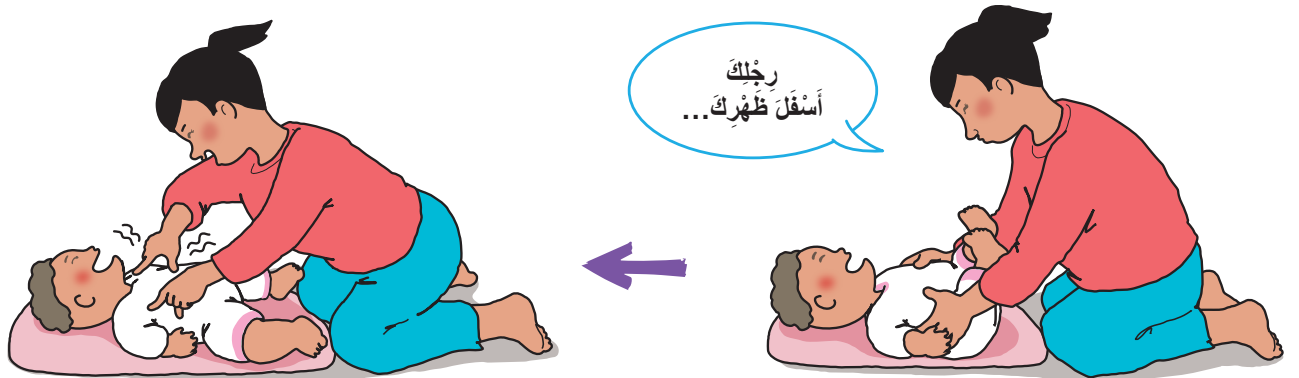
- وخز! وخز

قم بوخز وجنتي الرضيع بلطف.



- المداعبة والدغدغة

داعب قدم، رجل، أسفل وبطن الرضيع من أجل دغدغته.



### • المِرْقَةُ الْمُتَحَرِّكَةُ:

حرك إبهامك وأصابعك من كف الرضيع، المعصم، الكوع، الكتف مثل البرقة، ثم قم بدغدغته.

وَاحِدَ اثْنَيْنِ وَاحِدَ اثْنَيْنِ ...



### • تَدْلِيكُ:

قم بتدليك ذراعين، أرجل وبطن الرضيع، الذي سوف يُطَوِّرُ تنشيط الدورة الدموية.

١  
٢



بِشَكْلِ دَائِرِيٍّ  
بِشَكْلِ دَائِرِيٍّ ...



### ◀ دَعْمُ الْمَيَسَّرَاتِ:

- قم بلمس الرضيع بلطفٍ بينما تتحدث، وتقوم بالغناء له.
- راقب ردة فعل الرضيع، واستجب له بِشَكْلِ ودي ورعاية وطريقه تشعره بِالرَّاحَةِ.

## تَحْرِيكُ الْجِسْمِ بِأَكْمَلِهِ بِمُسَاعَدَةِ الْمَيْسِرَاتِ

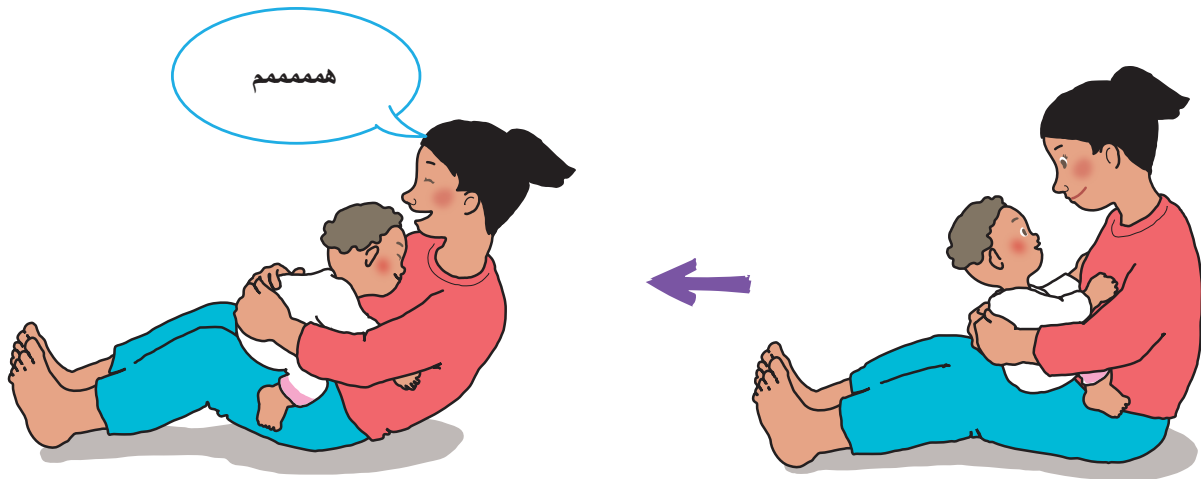
### الأهداف

في نهاية النشاط يُتَوَقَّعُ أن:

- يستجيب الرضيع للميسرة في تحريك بدنه.
- يتحكم الرضيع في توازن بدنه.
- يطور الرضيع علاقته الايجابية بالميسرات.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

- **مَوْجٌ كَبِيرٌ:**  
قم بحمل الطفل على ركبتيك بينما تميل بالجزء العلوي من جسمك على الأرض، قم بتكرار هذه الحركة أكثر من مرة كأنك موجة كبيرة.  
بهذه الطريقة، يُمكن أن يعتاد الطفل بشكل طبيعي على الاستلقاء على بطنه.



- **مَوْجٌ صَغِيرٌ:**  
قم بالاستلقاء على ظهرك، وقم بحمل الطفل على بطنك، يُمكن أن يكون الرضيع على بطنه أو ظهره، قم بأرجحة الطفل من جانب إلى الآخر بلطف وببطء.



### • أَرْجَحُهُ، أَرْجَحُهُ:

امسك بالرضيع بِشَكْلِ أَفْقِي وقم بأرجحته من جانب إلى آخر بِلُطْفٍ وببطء.



### • أَعْلَى وَأَعْلَى:

قف واحمل الرضيع بيديك بحرص داعماً لجوانبه، ارفع الرضيع إلى الأعلى بينما تنتظر إليه، قم بزيادة الارتفاع وفقاً لردة فعله.



هوبا هوبا! إنت بتحبي  
النط أوي!

### • أَفْزُزْ أَفْزُزْ:

بينما تجلس وركبتك على الأرض، قم بحمل الرضيع على ركبتك، ارفع الرضيع إلى الأعلى والأسفل بِشَكْلِ مُتَكَرِّرٍ، إذا استطاع الرضيع ركل ركبتك، يُمكن أن يُطوِّر ذلك قوة الجزء السفلي لديه.



### ◀ دَعْمُ الْمَيَسَّرَاتِ

- احرص على استمتاع الطفل باللعب وذلك عن طريق مراقبة ردة فعله.
- تحدث إليه، غنّ له، ابتسم للرضيع في أثناء اللعب، حتّى يشعُر بالسعادة عند تحرّيك جسمه للتفاعل معك.

## الأرجوحة

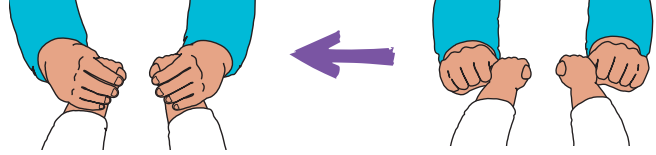
## الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يشارك الرضيع الميسرة في اللعب.
- يتعرف الرضيع على حركة الأرجوحة مع الميسرة.
- يشارك الرضيع الميسرة في اللعب.

## كيف تقوم بالنشاط

١. يمسك الرضيع بإبهامك بينما يستلقي على ظهره، قم بإمساك يد الطفل بالكامل، بهذه الطريقة لن يسقط الرضيع من يديك حتى إذا قام بترك أصابعك.



٢. قم برفع الجزء العلوي من جسم الرضيع ببطء، ثم ارجع جسمه مره أخرى إلى وضعه السابق.



٣. استمتع بتكرار هذه الحركة، مثل الأرجوحة! يمكنك أن تغير سرعة رفع الرضيع وفقا لتطوره.

## دعم الميسرات:

- اجعل الرضيع يبذل قصارى جهده عند رفع الجزء العلوي من جسمه.

## وصول، انتزاع، لعق، لمس الأشياء (١) الشخصية

### الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يلاحظ الرضيع الأشياء الموجودة حوله.
- يتحرك الرضيع تجاه الأشياء التي تصدر صوتاً.
- يشارك الرضيع في أثناء تأدية النشاط (لعق - لمس... إلخ).

### (المهارات الحسية والشعورية)

يُصبح الرضيع قادراً على متابعة مدى أوسع بعينه، يدير وجهه حتى يحدد المكان الذي يأتي منه الصوت.

### كيف تقوم بالنشاط

أظهر الشخصية للرضيع بينما تتكلم معه، عندما يُصبح مهتماً بها، يُحاول الوصول لها.



مستلق على بطنه



مستلق على ظهره



عندما يستطيع الرضيع الوصول للشخصية، يقوم بوضعها في فمه، ويلعقها لمعرفة طبيعتها.

### دعم الميسرات:

- التأكد من أن الشخصية آمنة ونظيفة
- ملاحظة الرضيع وادعم استكشافه للشخصية.

### كيفية الإعداد

شخصية خفيفة الوزن، ذات ألوان زاهية ويد / مقبض رفيع.



## وُصُولُ، انْتِزَاعُ، لَعَقُ، لَمَسُ الْأَشْيَاءِ (٢) الْمَنَادِيلُ

### الْأَهْدَافُ

في نهاية النشاط يُتَوَقَّعُ أَنْ:

- يفحص الرضيع الأشياء المحيطة به.
- يمسك الرضيع بالأشياء المحيطة به.
- يشارك الرضيع في النشاط.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

- **مُنْدِيلٌ كَبِيرٌ:**  
دع الرضيع ينتبه للمنديل عن طريق تحريكه أمامه ولمسه به.



اربط المنديل بسور سرير الرضيع، فَيَحَاوِلُ الإِمْسَاكَ بِهِ وَيَسْحَبُهُ كَمَا يَحُلُو لَهُ!



يمكن ربط حافة المنديل لتكون عقدة حتى يتمكن الرضيع من الإمساك بها بسهولة أكبر



### • مُنْدِيل يَصْدُر الصَّوْت:

يَسْتَلْقِي الرِّضِيعُ عَلَى ظَهْرِهِ أَوْ بَطْنَهُ وَيَمْدُ ذِرَاعَهُ، يَصِلُ  
لِلْمُنْدِيلِ وَيَمْسُكُهُ وَيَلْعَقُهُ وَيَلْمَسُ الْمُنْدِيلَ مُسْتَمْتَعًا بِصَوْتِ  
وَلْمَسِ الْمُنْدِيلِ.

خَشْخَشَةٌ  
...  
خَشْخَشَةٌ

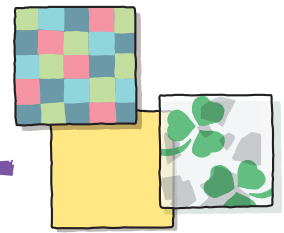
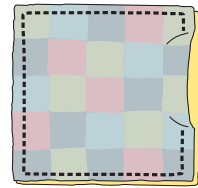
### كَيْفِيَّةُ الْإِعْدَادِ

مُنْدِيلٌ

مُنْدِيلٌ يَصْدُرُ صَوْتًا

الْمَوَادُّ: قَمَاشٌ، كَيْسٌ بِلَاسْتِيكٍ

اقْلِبْهَا!



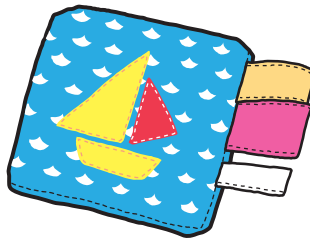
قَمِّ بِخِيَاطَةِ الْجَزْءِ الَّذِي  
لَمْ يَخِيْطَ بَعْدَ

اصْنَعِ قِطْعَتَيْنِ مِنَ الْقَمَاشِ  
وَقِطْعَةَ كَيْسِ الْبِلَاسْتِيكِ  
حَوَالِي ١٥ سَمِ مَرَبَعٍ.

ضَعِ قِطْعَتِي الْقَمَاشِ مَعًا حَيْثُ تَكُونُ  
جِهَةُ الْقَمَاشِ الْأَمَامِيَّةُ إِلَى الدَّخْلِ  
قَمِّ بِخِيَاطَةِ الْقَمَاشِ مَعَ بَعْضِهَا مَعَ  
تَرَكْ بَضْعَةً سَنْتِيْمَتَرَاتٍ دُونَ خِيَاطَةِ.

اصْنَعِ قِطْعَتَيْنِ مِنَ  
الْقَمَاشِ وَقِطْعَةَ كَيْسِ  
بِلَاسْتِيكِ حَوَالِي ١٥  
سَمِ مَرَبَعٍ.

[أَشْكَالٌ أُخْرَى]: يُمْكِنُ إِضَافَةُ شَرَائِطَ  
إِلَى الْمُنْدِيلِ حَتَّى يَسْتَمْتَعَ الرِّضِيعُ  
بَلَمْسِهَا وَلَعْقِهَا.



### دَعْمُ الْمَيْسَّرَاتِ:

- الْحِفَافُ عَلَى غَسِيلِ الْمُنْدِيلِ بِشَكْلِ مُسْتَمَرٍّ.
- التَّأَكُّدُ مِنْ أَنَّ الْمُنْدِيلَ لَا يَغْطِي وَجْهَ الرِّضِيعِ حَتَّى لَا يُعَوِّقَ تَنَفُّسَهُ.

## وُصُولُ، انْتِزَاعُ، لَعْقُ، لَمَسُ الْأَشْيَاءِ (٣) الإِمْسَاكُ بِالْأَشْيَاءِ

### الأهداف

في نهاية النشاط يُتَوَقَّعُ أن:

- يميز الرضيع بين الاصوات المختلفة.
- يمسك الرضيع الاشياء المحيطة به.
- يستمتع الرضيع بصوت الشخصية.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

حرك اللُّعْبَةَ أمام الرُّضِيعِ وتحدث كما لو أنها كائن حي.  
يهتم الرُّضِيعُ باللُّعْبَةِ الَّتِي تَحْتَوِي عَلَى الْعِدِيدِ مِنْ الْأَجْزَاءِ لتحسسها! قد ينتزعها منك بكل سرور وَيَبْدَأُ فِي لَعْقِهَا.  
يَسْتَمْتِعُ بِسَمَاعِ صَوْتِ الْجَرَسِ الْمَوْجُودِ فِيهِ، والشعور بلملمسه، وسحب الشرائط والحبال حَتَّى يَشْعُرَ بِالْاِكْتِفَاءِ!

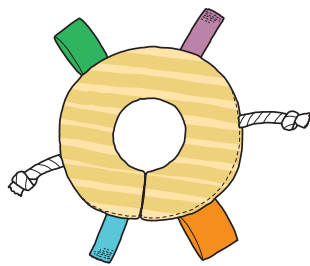


### دَعْمُ الْمَيَسَّرَاتِ:

- اغسل اللعب بشكل مستمر وتأكد من عدم وجود أي جزء مكسور.
- قم بوضع اللعب في مكان بإمكان الرضيع الوصول إليه وذلك لتشجيعه على الاستكشاف.

### كَيْفِيَّةُ الْإِعْدَادِ

المواد: قِطْعَتَانِ مِنَ الْقُمَاشِ عَلَى شَكْلِ دُونَاتِ (قطر ١٠ سم)، حبل من القطن (طوله ٧ سم)، شريط من القطن (٥ سم)، قُطْنُ خام، أجراس صغيرة.

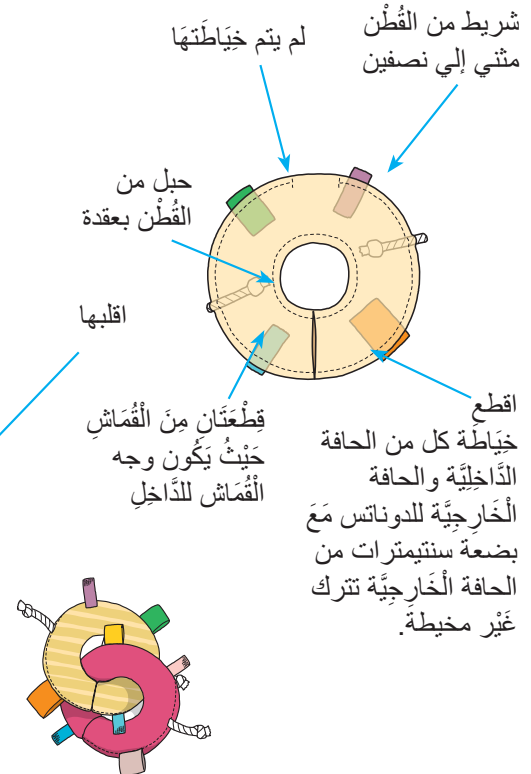


قم بخياطة الأجزاء التي لم يتم خياطتها. يُمكن إضافة فم وعينين لها

قُطْنُ خام  
وجرس



[أَشْكَالٌ أُخْرَى] يُمكن جمع اثنتين من الدونات معًا كما هو موضح بالصورة، يُمكن للرضيع اللعب عن طريق سحب الدونات



## رؤية والوصول إلى اللعبة المائية

### الأهداف

- في نهاية النشاط يتوقع أن:
- يجرب الرضيع درجة الأشياء.
- يتعرف الرضيع على الأشياء من حوله.
- يستمتع الرضيع برؤية اللعبة تتدحرج و سماع الجرس.

### كيف تقوم بالنشاط

- رولي بولي:
- أظهر للرضيع اللعبة تتأرجح على الأرض، أو دَع الرضيع يسمع أصوات اللعبة عن طريق هزها.



- التآرجح على الإيقاع:
- امسك الرضيع على رجليك وتمايل باللعبة في أثناء غناء الأغاني.



- الوصول إلى اللعبة:
- يستلقي الرضيع على بطنه ويمد ذراعه إلى اللعبة بفضول كبير، إنه يستمتع برؤيتها تتمايل وسماع صوت الجرس فيها.

## عِنْدَمَا يَكْبُرُ الرَّضِيعُ!

مِنْ عُمْرِ ١٢ حَتَّى ٢٤ شَهْرًا: قَدْ يَسْتَمِيعُ الرَّضِيعُ بِاللَّعِبِ بِاللُّعْبَةِ كَمَا هُوَ مُوَضَّحٌ أَذْنَاهُ!



دَحْرَجَةُ اللَّعْبَةِ عَلَى الْأَرْضِ



ضَرْبُ لُعْبَتَيْنِ مَعًا لِإِصْدَارِ صَوْتٍ



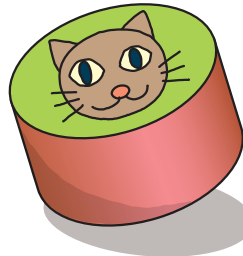
وَضَعُ لُعْبَةٍ عَلَى الْأُخْرَى  
مِثْلَ الْمُكْعَبَاتِ

## كَيْفِيَّةُ الْإِعْدَادِ

الْمَوَادُّ: قَالِبُ الشَّرِيطِ اللَّاصِقِ، وَرَقٌّ مَقْوًى، وَرَقٌّ مَلُونٌ، شَرِيطٌ لَاصِقٌ شَفَّافٌ لِلتَّغْلِيفِ، عَجِينَةٌ، جَرَسٌ / فُولٌ / إلخ.

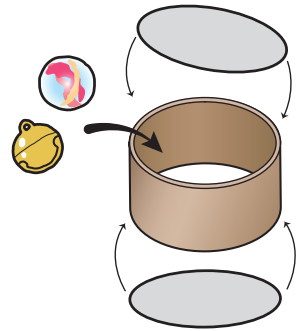


قُمْ بِتَغْلِيفِهَا بِاسْتِخْدَامِ  
الشَّرِيطِ اللَّاصِقِ الشَّفَّافِ



قُمْ بِتَغْلِيفِهَا بِاسْتِخْدَامِ  
الْوَرَقِ الْمَلُونِ

قَطْعُ مِنَ الْوَرَقِ الْمَقْوَى



لَصِقِ الْعَجِينَ عَلَى شَكْلِ  
كُرَّةٍ دَاخِلِ الْقَالِبِ

## دَعْمُ الْمَيْسَرَاتِ:

- تَأْكُدْ مِنْ عَدَمِ وَجُودِ أَيِّ جُزْءٍ مِنَ اللَّعْبَةِ مَكْسُورٍ، وَذَلِكَ لِلْأَمَانِ.
- رَاقِبِ الرَّضِيعَ وَتَأْكُدْ أَنَّهُ يَسْتَمِيعُ بِاسْتِكْشَافِ الْأَشْيَاءِ الْجَدِيدَةِ.

## تشجيعه على التقلب

### الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يتحكم الرضيع في بدنه في أثناء التقلب.
- ينصت الرضيع إلى تعليمات الميسرة.
- يتفاعل الرضيع مع الميسرة أثناء اللعب.

### كيف تقوم بالنشاط

١. تكلم مع الرضيع وأظهر له لُعبته المفضلة من جانب، بينما يستلقي على ظهره.



٢. بينما يحاول الرضيع الوصول إلى اللعبة عن طريق لف الجزء العلوي من جسمه، رفع ساقيه وتحريك جسمه بأكمله إلى الجانب الآخر، ادمم حركة الرضيع بلطف عن طريق دفع ظهره ومؤخرته إلى الاتجاه الذي يريده.



٣. امدح الرضيع كثيرًا عندما ينجح في التقلب. ساعد الرضيع إذا كان لا يستطيع إخراج يديه من تحت جسمه بعد التقلب. في حالة تقلب الرضيع من اتجاه واحد فقط، شجعه على التقلب من الاتجاه الآخر أيضًا لتحسين مهاراته الحركية الكبرى.

### دعم الميسرات:

- قم بإعداد مكان آمن، نظيف ومساحة كافية؛ حتى يستطيع الرضيع تحريك جسمه.

## أغانٍ (مِنْ ٣ حَتَّى ٦ أَشْهُر)

الأطفال في هَذَا العُمْر يطورون التعلق بكم، إنهم يحبون أصواتكم، الرَّجَاءُ التَّفَاعُلُ معهم كثيرًا بِاسْتِخْدَامِ الأَغَانِي. يُمكن غناء الأَغَانِي أدناه بينما تستمتعون أنت والأطفال بالأنشطة الواردة في هَذَا الدليل.

### ١. ماما يا حلوة

المؤلف: كمال منصور  
الملحن: منير مراد



ماما يا حلوة يا أجمل غنوة عايشة في قلبي  
وجوه كباني غالبية عليه وضي عنيه يا  
أول كلمة نطقها لساني ماما يا ماما  
إنتي ياماما ملاك من الجنة تحت جناحك  
اعيش وأتهدني إنتي حياتي وإبتساماتي  
إنتي منايا وكل هنايا مين رباني مين ومين  
هناني مينغيرك إنتي يا حلوة ياماما  
(تكرر الأغنية السابقة)

### ٢. عيون بابا

المؤلف: عبد الفتاح مصطفى  
الملحن: طه عجيل

يا عيون بابا يا عيون ماما  
الصباح بشوفه بيبك  
يا عيون بابا يا عيون ماما  
العمر كله ليك

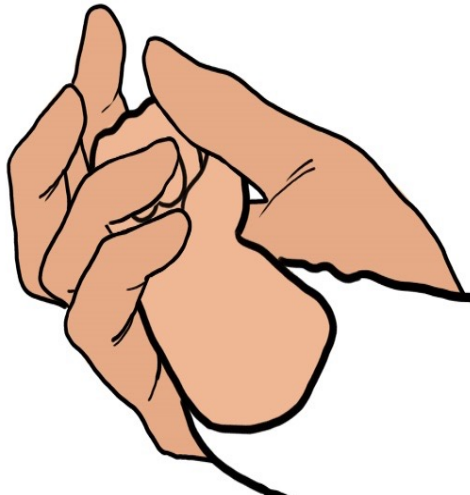
يا عيون بابا يا عيون ماما  
لصباح بشوفه بيبك  
يا عيون بابا يا عيون ماما  
العمر كله ليك  
يا بابا يا بابا



الحياه قدامك اهي بتناديلك و تقولك ايوه  
والعلم لوحده لا الايمان والعلم أيوه  
الحياه قدامك اهي بتناديلك و تقولك ايوه  
والعلم لوحده لا الايمان والعلم أيوه

### ٣. سوسة

المؤلف: سيد حجاب  
الملحن: عمار الشريعي



سوسة سوسة سوسة  
سوسة كف عروسة  
سوسة واللي يصقف  
يستاهل مني بوسه  
يستاهل مني بوسه  
سوسة سوسة سوسة  
سوسة كف عروسة  
سوسة واللي يصقف  
يستاهل مني بوسه  
يستاهل مني بوسه

\* تكرر الأغنية السابقة\*

## أَنْشِطَةُ لِلرُّضْعِ مِنْ سِنِّ سِتَّةٍ حَتَّى تِسْعَةِ أَشْهُرٍ



| الْهَدَفُ الرَّئِيسِيُّ مِنَ الرَّعَايَةِ وَالتَّعَلُّمِ                                        | خَصَائِصُ تَطَوُّرِ الرُّضْعِ                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| يبقى الرُّضْعُ جالساً في ثبات ويبدأ في الزحف في مساحة أوسع، وذلك يؤسس ارتباطه بالبالغين محددين. | يُطَوِّرُ الرُّضْعُ ارتباطه بالبالغين الذي يَشْعُرُ بالقرب منهم. |

### التَّعَاوُنُ مَعَ الْآبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ

- فَمُ يَتَوَعَّيْهِ الْآبَاءُ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ أَنْ خَوْفَ الرُّضْعِ مِنَ الْغُرَبَاءِ هِيَ عَلَامَةٌ تُشِيرُ إِلَى أَنَّهُ قَدْ طَوَّرَ ارتباطه بالبالغين محددين يَشْعُرُ بِالْقُرْبِ مِنْهُمْ.
- التَّوَاصُلُ مَعَ الْآبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ حَوْلَ الظُّرُوفِ الصَّحِيَّةِ لِلرُّضْعِ بِشَكْلٍ خَاصٍ خِلَالِ هَذِهِ الْفَتْرَةِ، حَيْثُ يَبْدَأُ فِي فَقْدَانِ الْمَنَاعَةِ الْمَكْتَسَبَةِ مِنَ الْأُمِّ وَيَكُونُ عَرِضَةً لِلْعُدْوَى.
- التَّعَاوُنُ مَعَ الْآبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ فِيمَا يَخَصُّ التَّغْذِيَّةَ التَّكْمِيلِيَّةَ مَعَ مَلاحِظَةِ حَالَةِ الرُّضْعِ بِعَنَاقِيَّةٍ، بِذَلِكَ جُهودٍ مَعَ الْآبَاءِ / أَوْلِيَاءِ الْأُمُورِ لَتَهْيِئَةِ جَوِّ مَرِيحٍ فِي أَثْنَاءِ تَنَاوُلِ الْوُجِبَاتِ، وَدَعْمِ الطِّفْلِ لِإِلْسِمْتِنَاحِ بَتَّنَاوُلِ الطَّعَامِ وَتَطْوِيرِ الْإِسْتِعْدَادِ لَتَنَاوُلِ الطَّعَامِ.

## مراحل تنمية الاطفال الرضع من عمر شهر واحد حتي ٢٤ شهراً

يكتسب الطفل مهارات متنوعة بنهاية كل مرحلة تطور كالآتي:

### المجال الأول: تعلم المهارات العاطفية والاجتماعية

- يتكيف الرضيع مع الآخرين بسهولة.
- يستجيب الرضيع لمداعبة الميسرة له.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تقدر الميسرة تعلق الرضيع بهم وتتقبل قلقهم من الغرباء. وتكون حريصة على التواجد في مكان مرئي للرضع، حتى يشعروا بالأطمئنان.

### المجال الثاني: التطور البدني

- يبادر الرضيع في الوصول الى الأشياء.
- يتحكم الرضيع في توازن بدنه.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. راقب الرضيع بحذر، و قم باعداد الألعاب التي يمكنها أن تحسن المهارات التي يحتاجها، حيث أنه حريص على تجربتها.

### المجال الثالث: التطور المعرفي

- يستنتج الرضيع شكل الأشياء المغطاة.
- فرق الرضيع بين الامام والخلف.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تأكد من أن الرضيع يمكنه أن يحدق بالشئ نفسه الذي تحديق به الميسرة، و ذلك يعد مهماً لتطوير اللغة والتطور الاجتماعي أيضاً.

### المجال الرابع: تطور اللغة ومهارات التواصل

- يفهم الرضيع كلمات بسيطة وسهلة (هيا... أعطني... إلخ).
- يصدر الرضيع أصواتاً متعمداً عندما يكون لديه طلب.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. تتحدث عن أسماء الأشياء المحيطة والحركة اليومية ببطء و وضوح.

### المجال الخامس: مهارات الرعاية الذاتية

- النوم: ينام و يستيقظ تقريباً في نفس الوقت؛ يستمر في النوم دون أن يستيقظ عدة مرات في الليل. ينام مره في الصباح و مره في الظهر خلال النهار.
- الافراز: يساعد في تغيير حفاظته، فيقلب بجسمه وفقاً لمساعدة الميسرة له.

#### ◇ رعاية الميسرات والتعليم

١. راقب الحالة الصحية للرضيع واستعد لأية تغييرات، عندما يفقد المناعة المكتسبة من الأم، ويكون عرضة للعدوي.

لقراءة المزيد من التفاصيل عن مراحل تنمية الاطفال الرضع من عمر شهر واحد حتي ٢٤ شهراً، برجاء التوجه الي صفحة ٢٧٩ إلى صفحة ٢٨٢.

## إصدار المزيد من المقاطع اللفظية!

## الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يبادر الرضيع في الوصول إلى الأشياء.
- يردد الرضيع بعض المقاطع اللفظية (ماماما - بابابا - ... إلخ).
- يتعرف الرضيع على بعض المقاطع اللفظية (ماماما - بابابا - ... إلخ).

## كيف تقوم بالنشاط

يُعبر الرضيع عن طلباته الخاصة عن طريق مد يده إلى الاتجاه الذي يريد الذهاب إليه، أو عن طريق نطق الأصوات عندما يريد شيئاً ما.





- تشجيع الرضيع على إصدار أصوات بشكل أكثر نشاطاً
- كن متجاوباً معه
- تفاعل مع نغمة صوته أيضاً بحيث يكون أكثر تعبيراً!
- حاول أن تفهم نيته
- عبر عما يريده (نيته) بالكلام
- كرر له صوته مرة أخرى
- (سيعرف أن الصوت أداة تواصل مفيدة جداً!)
- كن وجهاً لوجه معه لتظهر له حركة وجهك وفمك.
- غني له الأغاني مع الكلمات.

- دع الرضيع يقوم بتجربة الاستماع إلى أشخاص مختلفة يتحدثون (يساعد هذا الرضيع على اكتشاف التشابه والاختلاف بين حديث مختلف الناس).



- اجعل له روتيناً يومياً حتى يلتقط الكلمات التي يتم استخدامها بشكل متكرر في الروتين.

### دعم الميسرات:

- تكلم ببطء وبوضوح وبعبارات قصيرة مستخدماً أيضاً تعابير الوجه والإيماءات.
- استخدم أسماء محددة للأشياء المحيطة والحركات اليومية للرضع.

# التواصل البدني مع الميسرات

## الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

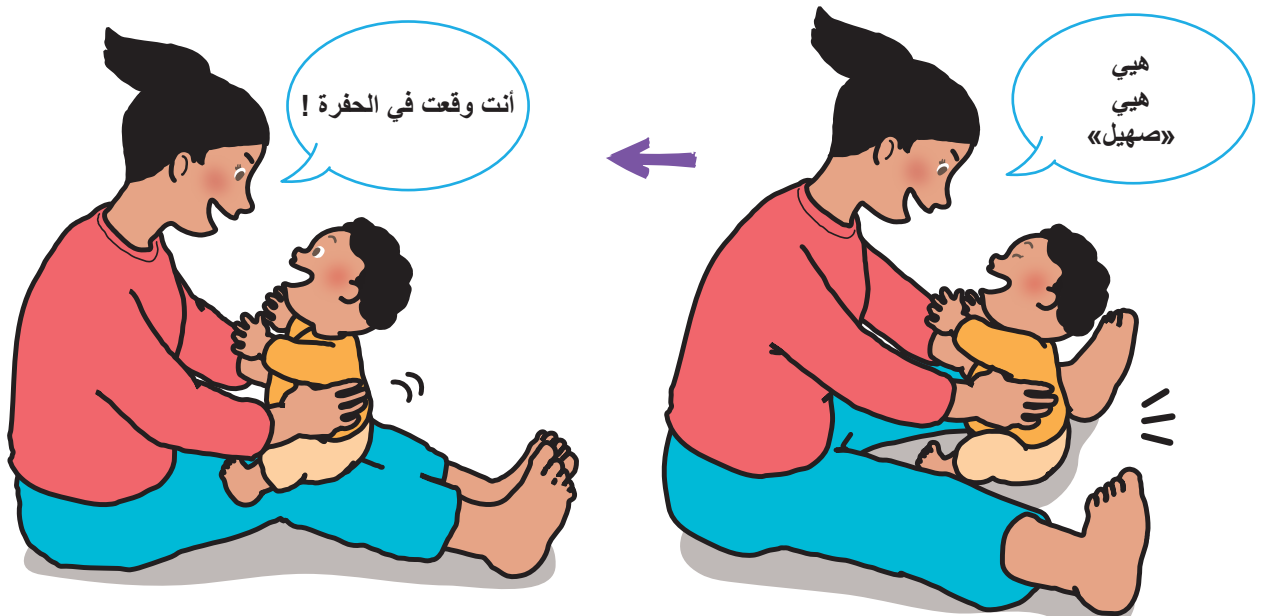
- يُبدي الرضيع رغبته في المشاركة بالنشاط.
- يتحكم الرضيع في توازن بدنه.
- يستخدم الرضيع صوته لطلب الأشياء.

## كيف تقوم بالنشاط

استمتع بالتفاعل مع الرضيع مثلما هو موضح أدناه وقم بتكرارها عندما يُريد. إن الرغبة في تكرار نفس اللعبة من علامات التطور في هذه المرحلة!

### • ركوب الخيل:

حرك ركبتيك مع وضع الرضيع عليها، لأعلى ولأسفل ومن جانب إلى الآخر، مثل ركوب الخيل. في بعض الأحيان، أسقطه بين ساقيك من أجل الشعور بالاستمتاع.



### • الطَّائِرَةُ رَقْمُ ١:

ضع الرضيع مُسْتَلْقِيًا عَلَى ذِرَاعَيْكَ، وَاْمَشْ بِهِ فِي أَرْجَاءِ الْغُرْفَةِ، فَيَكُونُ الرضيع عَلَى ذِرَاعَيْكَ "يَطِير" مِثْلَ الطَّائِرَةِ.

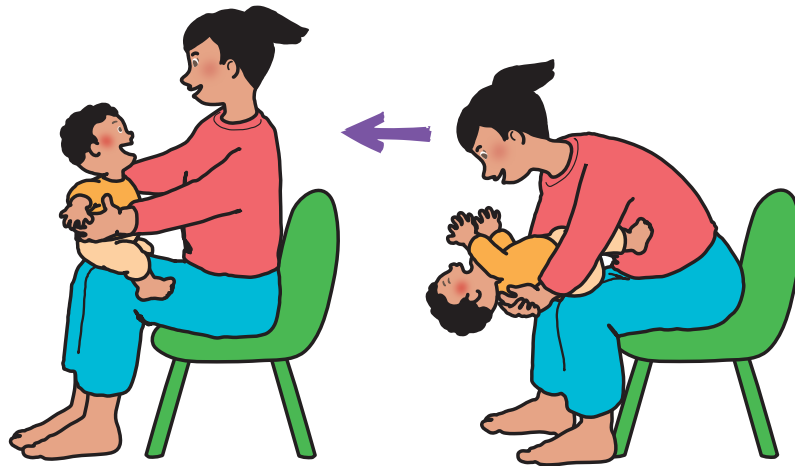


### • الطَّائِرَةُ رَقْمُ ٢:

ضَعِ الرضيعَ عَلَى سَاقَيْكَ، وَاْمْسِكْهُ، وَأَرْجُحْ سَاقَيْكَ لِأَعْلَى وَلِأَسْفَلِ، كَمَا لَوْ كَانَ الرضيعَ يَطِيرُ.

### • أَرْجُوحَةٌ:

اجلس عَلَى كُرْسِيٍّ وَضَعِ الرضيعَ عَلَى حَجْرِكَ، دَعِ جَسَدَهُ يَنْحَنِي لِلْخَلْفِ عَلَى الْأَرْضِ، ثُمَّ اثْرُكْهُ يَعودُ إِلَى الْوَضْعِ الْأَصْلِيِّ مَرَّةً أُخْرَى.



### ◀ دَعْمُ الْمَيْسَرَاتِ:

• تأكد من أن اللعبة ليست صعبة على جسم الرضيع وذلك بملاحظة ردود أفعاله.

|                           |                   |                  |                               |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|
| المهارات اللغوية والتواصل | المهارات المعرفية | المهارات البدنية | المهارات العاطفية والاجتماعية |
|---------------------------|-------------------|------------------|-------------------------------|

## مُصَادَفَةُ أَشْخَاصٍ وَأَمَاكِنَ غَيْرِ مَأْلُوفَةٍ

### الْأَهْدَافُ

في نهاية النشاط يُتَوَقَّعُ أن:

- يتكيف الرضيع مع الآخرين بسهولة.
- يتعرف الرضيع على أشخاصا غير مألوفة.
- يميز الرضيع بين الأشخاص المألوفة وغير المألوفة بالنسبة له.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

الشعور بالقلق اتجاه الغرباء يعد من أهم معالم تطور الرضيع، فإنه يظهر أن الرضيع أصبح قادراً على تمييز بعض الكبار عن غيرهم، وتطوّر ارتباطه بأشخاص محددين.

فيما يلي بعض النصائح لمساعدة الرضيع على الشعور بالأمان في الحضانة.

- مُيسِّرة معينة هي المسؤولة دائماً عنه، وتظل دائماً على مرمى بصره.
- تشارك المُيسِّراتُ الأخريات المعلومات حول الرضيع، ويكونون مستعدّين للوقت الذي لا تتوفر فيه هذه الميسرة المحددة.



بالإضافة إلى ذلك، إليك بعض النصائح لمساعدة الرضيع على بناء علاقة قوية مع المزيد من الأشخاص واستكشاف العالم:

- قدّم له أشخاصاً وأماكن غير مألوفة لهم، مثل المُيسِّراتِ في الفصول الأخرى، والأشخاص في المتاجر القريبة من الحضانة، مع مواساته.
- تحدث إليه حتّى يعرف أن الأشخاص والأماكن آمنون فيشُدّ ذلك اهتمامه.

### دَعْمُ الْمُيسِّراتِ:

- قدر ارتباط الطّفل بك، وتقبل قلقه من الغرباء.
- دع الرضيع يستغرق الوقت الذي يحتاج له ليعتاد على الأشخاص والأماكن غير المألوفة، بدلاً من إجباره على ذلك.



• أين أنا؟:

قم بالاختباء في مكان ما، مثل وراء الستارة أو وراء رف بينما ينظر إليك الرضيع، بعد فترة أظهر وجهك مرة أخرى إلى الرضيع.



• أهلاً من الفتحات الكبيرة:

دع الرضيع يزحف إلى صندوق كرتون كبير به بعض الفتحات ودعه ينظر للخارج من خلال تلك الفتحات الكبيرة ثم أظهر وجهك له

• أين أنت؟:

ضع قطعة من القماش على وجه الطفل ثم قم بازالتها سريعاً



• أنا أفتقدك:

عندما يكبر الرضيع، يصبح تدريجياً يستمتع بتقليدك في ممارسة لعبة "بيب بو". تظاهر بالتساؤل عن المكان الذي ذهب إليه، ويسعدك أن تجده في النهاية.

◀ دَعْمُ الْمَيَسَّرَات:

• التحدث مع الرضيع وإظهار حركة اخفاء وإظهار شيء ببطء وبشكل واضح وبطريقة ممتعة. راقب ردود فعل الرضيع للتأكد من أنه يستمتع باللعب.

كَيْفِيَّةُ الإِعْدَادِ

قماس (رفيع وخفيف)، دمية محشوة، صندوق من الكرتون به بعض الفتحات.

## الأرجحة على القماش

### الأهداف

- في نهاية النشاط يُتوقع أن:
- يتوازن الرضيع في أثناء حمله.
- يظهر الرضيع سعادة تجاه اللعبة.
- يتعرف الرضيع على ملمس الاقمشة.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

- **المهْدُ المُرِيحُ:**  
دع الطَّفْلَ يستلقي في منتصف قِطْعَةِ قُمَاشٍ كبيرة،  
وأرجحه على الأرض برفق مَعَ الإِمْسَاكِ بحواف  
القماش، قم بغناء الأغاني للرَّضِيعِ وفقًا للأرجحة  
بصوت لطيف.



- **السَّجَّادَةُ السَّحَرِيَّةُ:**  
أَمْسِكْ بحواف قِطْعَةِ قُمَاشٍ كبيرة بينما يستلقي  
الرَّضِيعُ على بَطْنِهِ في وسطها، اسحب  
القُمَاشَ وأرجحه بلُطْفٍ على الأرض.

### دَعْمُ المَيْسِرَاتِ:

- احرص على أن يَشْعُرَ الرَّضِيعُ بِالرَّاحَةِ والاستمتاع بأرجحته بلطف.
- تكلم وقم بالغناء للرَّضِيعِ في أثناء لعبه حتَّى يَشْعُرَ بِالِاسْتِمْتَاعِ والتَّفاعُلِ والتواصل معك، وذلك يَطَوِّرُ ارتباطًا آمنًا معك.

### كَيْفِيَّةُ الإِعْدَادِ قِطْعَةِ قُمَاشٍ كبيرة (منشفة / بطانية)

## الجلوس واللعب بـكلتا اليدين

### الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يمرر الرضيع الكرة من يد إلى أخرى.
- يلاحظ الرضيع الأشياء بأكثر من اتجاه.
- يشعر الرضيع بالسعادة للعب بالكرة.

### (المهارات الحسية والشعورية)

يُقوم الرضيع بلق ومص الأشياء للتعرف على طبيعتها باستخدام كلتا اليدين، حيث بإمكانه الجلوس بثبات بمفرده دون استخدام يديه.

### كيف تقوم بالنشاط

العب مع الرضيع بينما هو جالس على الأرض كما هو موضح أدناه.

- دعه يستمتع بتمرير لعبة من يد إلى الأخرى.



- دعه يترك لعبة مثل الكرة ، من يده على الأرض.

### دعم الميسرات:

- ضع الوسائد أو اجلس خلف الرضيع لتجنب تعرضه للأذى عند السقوط على الأرض.
- احرص على عدم إبقاء الرضيع جالساً لفترة طويلة، حيث إنه يحتاج إلى الكثير من الدعم للاستمرار في الجلوس، في هذه الحالة، شجعه على تطوير قوة عضلاته خاصة عضلات ظهره من خلال امتلاك خبرات كافية من الزحف.

### كيفية الإعداد لعب من السهل على الرضيع الإمساك بها

## صُورَةٌ مُقَرَّبَةٌ! لِتَطَوُّرِ الرَّضِيعِ: الْجُلُوسُ عَلَى الْأَرْضِ

من عمر ٦ حَتَّى ٩ أَشْهُرٍ تَقْرِيبًا، يُصْبِحُ الطِّفْلُ قَادِرًا عَلَى الْجُلُوسِ مِنْ وَضْعِ الْإِسْتِقَاءِ كَمَا هُوَ مُوضَّحٌ أدْنَاهُ.

١. يركل الرضيع الأرض بأصابعه



٢. يحمل الوزن باستخدام راحة اليد على الأرض ويرفع صدره لأعلى



٣. حرك رجله إلى الأمام

٤ - يضع مؤخرته على الأرض

## إصدار الأصوات

## الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يقلد الرضيع حركات الميسرة.
- يكون الرضيع علاقة وثيقة مع الآخرين.
- يتعرف الرضيع على أصوات الأشياء.

## كيف تقوم بالنشاط

الأغاني الموصى بها (ص ٨٤): "٣".  
القطة المشمشية»

الاستمتاع بإصدار الأصوات مع الرضيع

- قم بإصدار أصوات مختلفة ودع الرضيع يسمعها.
- الغناء وفقاً للأصوات.
- التعبير عن الأصوات بكلمات إيجابية.



يقلدك الرضيع ويستمتع بأصوات مختلفة مصنوعة من مواد وأدوات مختلفة.

## دعم الميسرات

- احرص على أن تكون الآلات الموسيقية والأدوات اليومية نظيفة، وآمنة للرضيع.
- تواصل مع الرضيع، تكلم معه بوضوح وببطء وبالإيماءات وتعابير الوجه لتعزيز ارتباطه بك.

## كَيْفِيَّةُ الْإِعْدَادِ

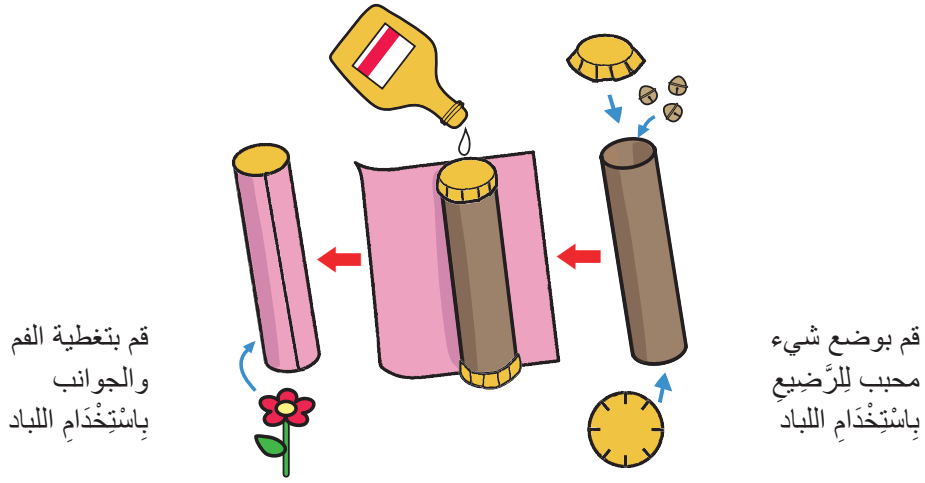


١. الآلاتُ الموسيقيةُ المتوافرةُ: (طبول، آلة المراكس (شُخْشِيخَة مراكش)، الدف، الجرس والسيلوفون، إلخ).

٢. المَوَادُّ اليَوْمِيَّةُ: (ورق، أكياس بلاستيكية، طاولة، إلخ).

٣. الآلاتُ الموسيقيةُ المصنوعةُ يدويًا:

أ. آلة المراكس (شُخْشِيخَة مراكش) مصنوعة من بكرة سلوفان بلاستيك للتغليف.  
المَوَادُّ: بكرة سيلوفان بلاستيك للتغليف، أجراس ولباد.



ب. آلة المراكس (شُخْشِيخَة مراكش) من زجاجات البلاستيك:

المَوَادُّ: زَجَاجَة بلاستيك ٣٥٠ مل وغطاؤها، مواد صَغِيرَة (رمل، ملح، حصى، أرز، فول، خرز، مكرونة مجففة، بازلاء، أرزار وغيرها)، ولفات ورق التواليت، شريط لاصق ملون.



## الاستمتاع بالنظر إلى شيء معاً

### الأهداف

- في نهاية النشاط يُتوقع أن:
- يربط بين الكلمات والصور الدالة عليها.
- يكون الرضيع علاقته مع أشخاص محددين.
- يفهم الرضيع كلمات بسيطة وسهلة (هيا... أعطني... إلخ).

### كيف تقوم بالنشاط

من المهم أن يستمتع الرضيع بمشاركة الانتباه مع شخص ما، يمكنه تطوير المهارات بما في ذلك:

- **المهارات الاجتماعية:** يفهم الرضيع ما هو موجه إليه، ويشاركه تدريجياً في تفكيره وشعوره من خلال تعابير وجهه وإيماءاته ونغمات الأصوات واللغوية.
- **المهارات اللغوية:** في أثناء الاستماع إلى كلمات الشخص حول الصور المشار إليها، يتعرف الرضيع تدريجياً على العلاقة بين الكلمات والصور.



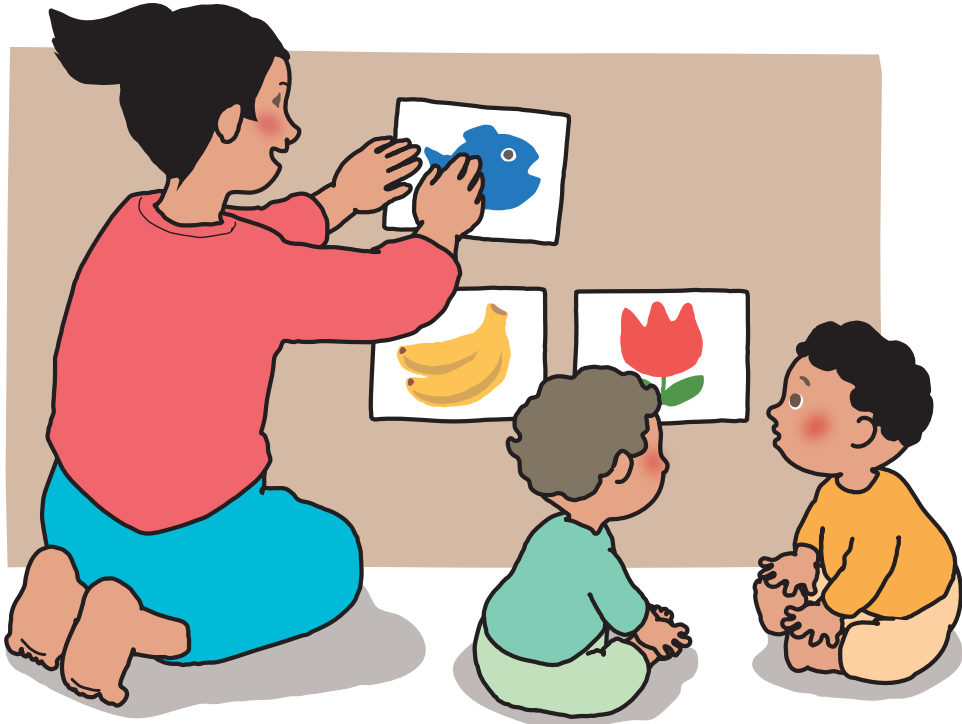
اسْتَمْتَعِ بِمُشَارَكَةِ الْإِهْتِمَامِ مَعَ الرَّضِيعِ فِي الْحَيَاةِ  
الْيَوْمِيَّةِ، وَهَذَا بَعْضُ النَّصَائِحِ لَكَ.

- بِمِثْلِكَ الْإِشَارَةُ إِلَى أَيِّ شَيْءٍ يَحِيطُ بِالرَّضِيعِ،  
مِثْلُ الْأَلْعَابِ وَالصُّوَرِ فِي الْكُتُبِ وَأَقْرَانِهِ  
وَالْمِيسِرَاتِ وَمَا إِلَى ذَلِكَ.
- تَحَدَّثْ إِلَيْهِ بِوُضُوحٍ وَبِبَطْءٍ مُسْتَعْدَمًا كَلِمَاتٍ  
بَسِيطَةً.
- اسْتَخْدِمِ النَّعَمَاتِ التَّعْبِيرِيَّةَ وَتَعْبِيرَاتِ الْوَجْهِ  
وَالْإِيمَاءَاتِ الْمُؤَيَّدَةَ.
- امدح الرضيع عندما ينظر إلى العناصر التي  
تقصدها لتشجيعه على مشاركة الخبرات  
بهذه الطريقة.



### كَيْفِيَّةُ الْإِعْدَادِ

ضع صوراً رمزية للأشياء اليومية، مثل الحيوانات والفواكه والمركبات، على الحائط أو على الأرفف التي تكون على مرمى  
بصر الرضيع على أساس يومي، في أثناء لعبه أو احتضانه.



### دَعْمُ الْمَيْسِرَاتِ:

- طور ارتباط الرضيع بك من خلال التفاعل اليومي مثلما هو مذكور أعلاه.

## إسقاط الكرات في الثقوب الكبيرة

### الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

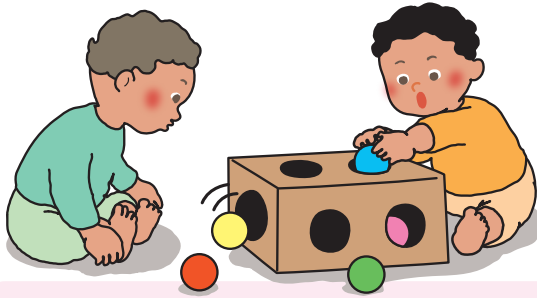
- يضع الرضيع الكرة في مكانها.
- يتعرف الرضيع على شكل الكرة وحجمها.
- يسعد الرضيع عند إسقاط الكرة في مكانها الصحيح.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

- يجلس الرضيع ويمسك الكرات ويضعها في الثقوب،  
بينما تراه:
- يتمتع بحقيقة أن الكرات تصبح غير مرئية عند سقوطها في الثقوب.
  - فهم أن الكرات التي تم إسقاطها لا تزال موجودة في الصندوق.
  - قد يحاول إخراج الكرات من الصندوق، أو يطلب منك القيام بذلك عن طريق إصدار الأصوات).



يمكن أن يوفر الصندوق الكبير ذو الثقوب الكثيرة خيارات أكثر أمام الرضيع لتجربتها.



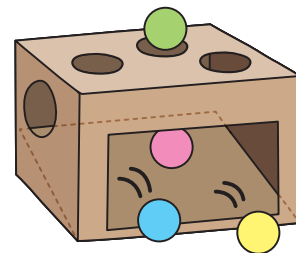
### دَعْمُ الْمَيْسَرَاتِ

- قم بتحضير عدد كافٍ من الكور حتى يتمكن الرضيع من إسقاط الكور بشكل متكرر حتى يشعر بالاكتماء.
- راقب الرضيع وادعمه فقط عند الضرورة حتى يتمكن من التركيز وتعرف أشياء مختلفة من خلال اللعب.

### كَيْفِيَّةُ الإِعْدَادِ صندوق به ثقب كبير، كرة مصنوعة من البلاستيك / أو القماش

#### [أَشْكَالٌ أُخْرَى]

- يُمْكِنُ لِلصَّنَادِيقِ الَّتِي تَحْتَوِي عَلَى مُنَحَدَرَاتٍ أَنْ تَجْعَلَ الكرات  
تندرج تلقائيًا، مما يجعل الرضيع سعيدًا برؤيتها.
- يُمَكِّنُ أَنْ تَكُونَ الكُرَاتُ ذَاتُ الْأَجْرَاسِ الصَّغِيرَةِ أَكْثَرَ  
إمتاعًا بالأصوات التي تصدرها!



## المزید والمزید من التقلب

### الأهداف

في نهاية النشاط يتوقع أن:

- يقلب الرضيع بدنه بسهولة يميناً ويساراً.
- يطور الرضيع علاقته بالميسرة.
- يستطيع الرضيع تغيير وضعية بدنه.

### كيف تقوم بالنشاط

على الرغم من أن الرضيع لديه موهبة التقلب من الاستلقاء على ظهره إلى الاستلقاء على بطنه، فإنه في كثير من الحالات لا يزال من الصعب عليه استعادة وضعه من الاستلقاء على بطنه إلى الاستلقاء على ظهره.

يعتبر هذا بسبب عدم تمكنه من استخدام القوة الدافعة لتحريك الساقين عند التقلب من بطنه إلى ظهره.

لذلك، غالباً ما يبدأ في البكاء، ويريد تغيير وضعه من الاستلقاء على بطنه لمساعدة الرضيع على التقلب من بطنه إلى ظهره، يمكنك فعل ما يلي:



١. عندما يكون الرضيع مستلقياً على بطنه،  
حرك جسمه برفق مع إمساك ظهره.



٢. اقلب جسم الرضيع بحيث يكون جانبه على الأرض.

٣. اقلب جسم الرضيع حتّى يستلقي على ظهره.  
امدح الرضيع كثيراً عندما ينجح!



عندما يتقلب الرضيع من اتجاه واحد فقط، شجعه تدريجياً على التقلب من كلا الجانبين حتّى يتمكن من التحكم بشكل أكبر في حركة الجسم.

في معظم الحالات، يعد التقلب الطريقة الأولى للرضيع لنقل جسده إلى مكان آخر. إنها تجربة ممتعة للغاية بالنسبة له للوصول إلى ما يريد بنفسه.

لذا، شجع الرضيع على التقلب من خلال التحدث إليه ووضع ألعابه المفضلة في الأماكن التي تكون على مرمى بصره، ولكن عليه تحريك نفسه للوصول إليها!

### دعم الميسرات:

- تأكد من أن المساحة آمنة ونظيفة وواسعة بما يكفي، عندما يُصَبَّح الرضيع أفضل في التقلب، يمكنه الانتقال إلى مساحات أوسع، احرص على عدم وضع أي شيء قد يقع عليه أو قد يكون خطيراً إذا وضع في فمه.
- دع الرضيع يستلقي في مكان ليس ليناً جداً بحيث يستطيع التقلب.
- دع الطفل يرتدي ملابس يمكنه من خلالها التحرك بسهولة.
- شجع الرضيع على الاستدارة بنفسه باستخدام قوته الخاصة قدر الإمكان.

## الزحف!

### الأهداف

في نهاية النشاط يُتوقع أن:

- يزحف الرضيع باستخدام جسمه.
- يفرق الرضيع بين الامام والخلف.
- يستمتع الرضيع بأداء النشاط.

### كَيْفَ تَقُومُ بِالنَّشَاطِ

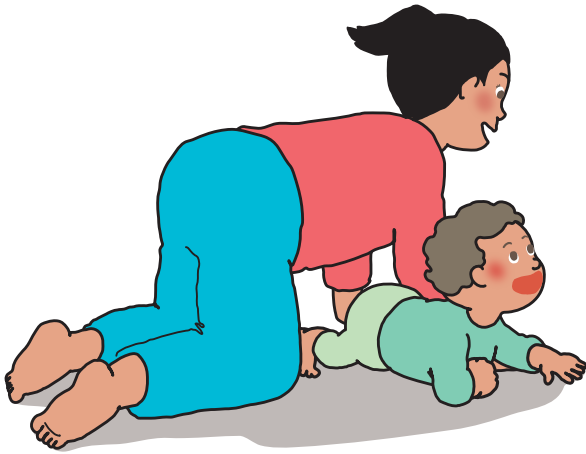
قم بتشجيع الرضيع على الزحف كما هو موضح أدناه:

- **انتظر انتظر:**  
ازحف خلف الرضيع، يسعد الرضيع عندما تلاحقه، وفي بعض الأحيان ينظر إليك، دغدغه عند الإمساك به.



### • النفق ١:

ضع يديك وركبتك على الأرض ودع الرضيع يزحف تحت بطنك.



يَا  
تَعَال!

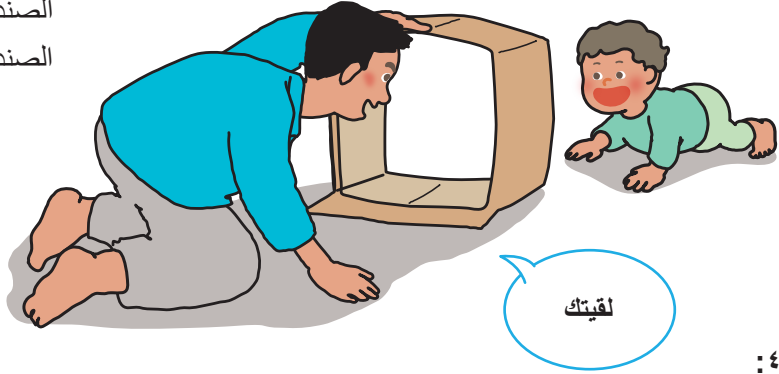
### • النفق ٢:

قف فاتحاً رجليك وكلم الرضيع من بين رجليك، وهذا سيجعله يزحف بين رجليك.



• النَّفْقُ ٣:

نادِ عَلَى الرَّضِيعِ مِنْ جَانِبِ مَفْتُوحِ الصَّنَدُوقِ، سَوْفَ يَزْحَفُ لَكَ بِكُلِّ سُرُورٍ عِبرَ الصَّنَدُوقِ.

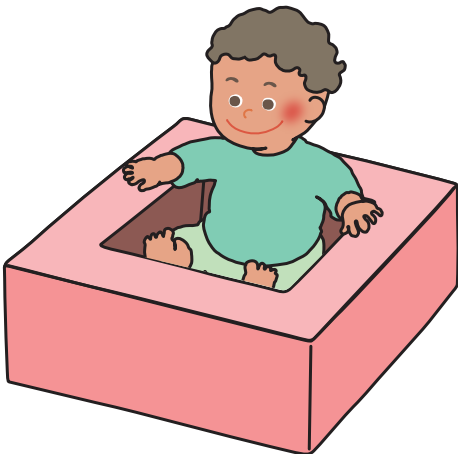


• النَّفْقُ ٤:

ضِعِ الْإِطَارَ عَمُودِيًّا عَلَى الْأَرْضِ، يَسْتَمْتِعُ الرَّضِيعُ بِالزَّحْفِ عِبرَ الْإِطَارِ.



يَسْتَمْتِعُ الرَّضِيعُ بِالْجُلُوسِ وَاللَّعْبِ دَاخِلَ الْإِطَارِ.



• تَغْلِيقُ الْقُمَاشِ:

عَلِّقْ قِطْعَةَ قُمَاشٍ كَبِيرَةٍ عَلَى خِيطٍ وَأَظْهَرِ وَجْهَكَ لِلرَّضِيعِ بِرَفْعِ الْقُمَاشِ، سَيُشْجِعُهُ ذَلِكَ عَلَى الزَّحْفِ إِلَيْكَ، وَالْمُرُورِ تَحْتَ الْقُمَاشِ.

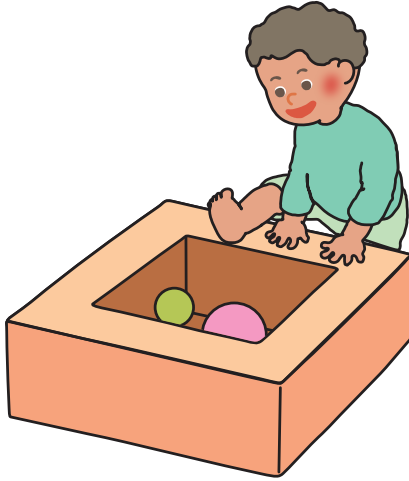


- **تَسْلُقُ الْجَبَلُ:** اصنع منحدرًا لطيفًا بِاسْتِخْدَامِ المراتبِ أو الأغطية، يَسْتَمْتِعُ الرَّضِيعُ بالزحف إلى أعلى وأسفل منحدر "الجبل".



### عِنْدَمَا يَكْبُرُ الرَّضِيعُ!

مِنْ عُمُرِ ٩ حَتَّى ١٢ شَهْرًا:  
يَسْتَمْتِعُ الرَّضِيعُ بِالزَّحْفِ دَاخِلَ وَخَارِجَ  
الإِطَارِ



مِنْ عُمُرِ ١٢ حَتَّى ١٨ شَهْرًا:  
تَخْطُ الإِطَارَ مِنَ الدَّاخِلِ لِلخَارِجِ.

### دَعْمُ الْمَيْسِرَاتِ:

- ادمع باطن رجل الرضيع بيدك عِنْدَمَا لَا يَسْتَطِيعُ ركل الأَرْضَ بِأَطْرَافِ قَدَمَيْهِ بقوه كافيه للتقدم للأمام.
- ضع في الاعتبار ألا تكون الأرض ناعمة جدًا، وأن يخلع الرضيع الجوارب عِنْدَ الضرورة، حَتَّى يَتِمَكَّنَ مِنْ ركل الأرضية بِأَصَابِعِ قَدَمِهِ بسهولة.

### كَيْفِيَّةُ الإِعْدَادِ:

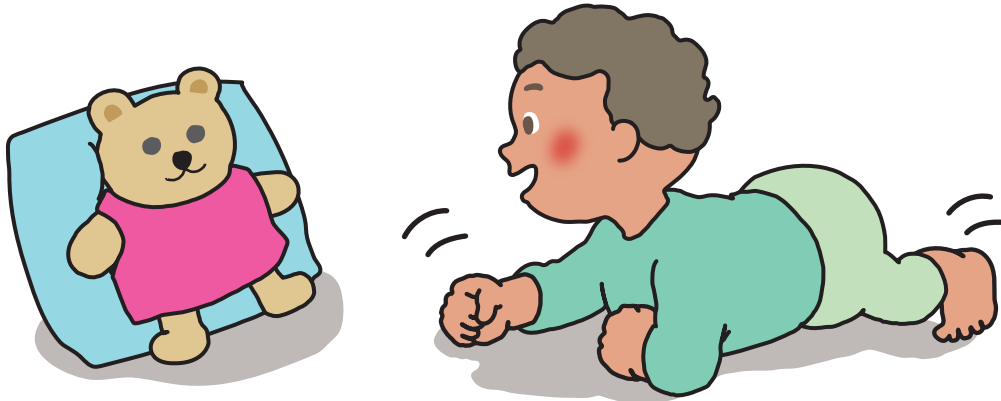
صندوق كرتون كبير (لـ "النفق رقم ٣")؛ إطار مصنوع من علب اللبن (لـ "النفق رقم ٤") (انظر "مُعْدَاتُ اللَّعِبِ الْمَصْنُوعَةِ مِنْ غُلْبِ اللَّبَنِ" (ص ٧٣))؛ قِطْعَةُ فَمَاش كبيرة وخيط (لـ "قِطْعَةُ فَمَاش معلقة")؛ مراتب / أغطية (لـ "تسلق الجبل").

## صُورَةٌ مُقَرَّبَةٌ! لِتَطَوُّرِ الرَّضِيعِ: الزَّحْفُ

من عمر ٦ حتَّى ٩ أَشْهُرٍ يُطَوِّرُ الرَّضِيعُ مَهَارَاتِ الزَّحْفِ:  
١. يَسْتَدِيرُ الرَّضِيعُ بِشَكْلِ دَائِرِيٍّ وَهُوَ عَلَى بَطْنِهِ، بِرُكْلِ الْأَرْضِ بِأَصَابِعِ الْقَدَمِ وَالذَّرَاعَيْنِ.



٢. يَتَحَرَّكُ الرَّضِيعُ لِلأَمَامِ مُسْتَعْدِمًا ذِرَاعَيْهِ وَأَصَابِعَ قَدَمَيْهِ وَهُوَ عَلَى بَطْنِهِ.  
فِي بَعْضِ الْأَحْيَانِ يَتَحَرَّكُ لِلخَلْفِ بِسَبَبِ صَعُوبَةِ التَّحَرُّكِ لِلأَمَامِ.



٣. يَزْحَفُ الرَّضِيعُ بِبَيْدَيْهِ وَرُكْبَتَيْهِ عَلَى الْأَرْضِ.

