raising children network
the australian parenting website

مناسبة لـ
الولادة – 8
سنوات

دمى مصنوعة في المنزل وأنشطة مجانية للأطفال

http://raisingchildren.net.au/articles/kids_homemade_toys_and_free_activities.html

لا يحتاج الأطفال الصغار إلى الدمى المميزة أو المُكلفة للتعلّم والتطوّر. في الواقع، مع إستخدام قليل للمخيّلة، يمكنك تحويل الأشياء العادية الموجودة في أنحاء المنزل إلى دمى مصنوعة في المنزل وأنشطة مجانية للأطفال.

الدمى المصنوعة في المنزل والأنشطة المجانية للأطفال: لماذا هي جيدة

تُعتبر الدمى المصنوعة في المنزل والأنشطة المجانية في المنزل وسيلة رائعة لترفيه الأطفال ومساعدتهم على التعلّم والنموّ. إنها لا تكلّف أيّة أموال، ويمكن بالفعل أن تعزز من إبداع طفلك.

فمن السهل أن تأتي بأفكار للأطفال كلما تقدموا في العمر. هناك الكثير من الدمى والألعاب التي يمكنك أن تبتدعها مع طفلك.

يمكنك أيضاً إعطاء طفلك بعض الأشياء الموجودة في أنحاء المنزل لبعض **اللعب المطلق** - على سبيل المثال، عادة ما يحب الأطفال الصغار وضع الأغطية على الحاويات ونزعها، والأطفال الأكبر سناً يستمتعون غالباً باللعب التظاهري مع مناشف المطبخ القديمة. تأكد من أن الأشياء التي تعطيها لطفلك هي غير قابلة للكسر وحجمها كبير لدرجة أنها لا تشكل خطر الاختناق.

اللعب مع الأطفال حديثي الولادة

أنت 'اللعبة' المفضّلة التي يستمتع بها طفلك المولود حديثاً. لمستك، أو نبرة صوتك، أو هز الطفل بين ذراعيك أو التحديق في وجهك هي أكثر الوسائل الترفيهية التي تكفي طفلك الجديد.

ويحبّ أيضاً طفلك المولود حديثاً التواجد خارجاً عندما يكون الطقس جيداً، والشعور بالهواء، وسماع أصوات الطيور وإختبار الروائح الجديدة الخارجية.

ويُعتبر اللعب في المياه الضحلة/القليلة العمق أو في المغطس ممتعاً للغاية. فقط تذكر أن تبقى يداك دائماً على طفلتك عندما تلعب أنت وهي حول المياه - يمكن أن يغرق الأطفال الرضع في اقل من بضعة سنتيمترات من الماء.

يمكنك تشغيل الموسيقى الهادئة لتهدئة طفلك، أو لجعل وقت الاستحمام مريحاً مع جو هادئ وماء دافئ، وتدليك دافئ بعد ذلك.

يستجيب الأطفال حديثي الولادة إلى الموسيقى، **لكنهم يتمتعون أكثر بسماع صوتك**. إحمل طفلك، وغنّي، وتحدث وانظر إلى عيني الطفل. سوف تُبقي هذه الأنشطة طفلك مرفّهاً، وتساعد طفلك على التعلّم والتعرّف عليك في وقت واحد.

(C) 2016 Raising Children Network. All Rights Reserved

جميع الأطفال الرضع فريدين من نوعهم ويحتاج بعض الأطفال وقتاً أطول من غيرهم للتمتّع بأحاسيس جديدة، لذلك راقب كيف يستجيب طفلك، ولاحظ ما هي الامور التي يتمتع بها والتي تثير إهتمامه. تساعدك الاشارات التي يقوم بها طفلك إلى معرفة ما إذا كان طفلك سعيداً باللعب أو عندما يكتفي من اللعب ويريد قسطاً من الراحة.

اللعب مع الأطفال الرضع

بمجرد أن تبدأ طفلتك بالتحرّك أكثر، فانها قد تتمتع أكثر باللعب النشط - وخاصة معك.

سوف يحب طفلك الزحف على كل جزء من جسمك أو مسك وهز الأشياء لتجربة مهارات حركية جديدة. يحتاج جميع الأطفال الصغار أيضاً إلى وقت للعب الهادئ، لذلك إنتبه للإشارات التي يقوم بها طفلك والتي تشير إلى حاجته للراحة.

وإليك بعض **الأفكار للعب مع الأطفال الرضع**:

- خصّص وقتاً للعب مع طفلك وجهاً لوجه كل يوم - على سبيل المثال، التحدث مع طفلك أو عدّ أصابع قدميه. يمكنك القيام بذلك كجزء من الأنشطة الروتينية مثل تغيير الحفاض.
- اعفط بشفاهك على بطن الطفل الرضيع ودغدغ أصابع القدمين الصغيرة.
- إصنع لعبة هزازة. افرغ وعاء عصير أو حليب، واغسله وجفّفه ثم املأه بالأرز، أو المعكرونة، أو البازلاء، أو البقول المجففة أو حتى الأزرار القديمة (تأكد من أن الغطاء مغلق جيداً حتى تتجنّب مخاطر الاختناق).
- غنِ الأغاني وأغاني الأطفال. ويحبّ الأطفال هذه عند تكرار الحركات مثل التصفيق أو تقليد النجوم المتلألئة من خلال الأصابع.
- إقرأ الكتب كجزء من روتين طفلك اليومي - على سبيل المثال، قبل وقت النوم. **ومكتبتك المحلية** هي أفضل مكان لإستعارة الكتب مجاناً.
- إصنع طبلاً عبر قلب الصناديق، أو الأواني أو الأحواض البلاستيكية رأساً على عقب. أعط ملعقة خشبية لطفلك لكي يدقّ على الطبل بواسطتها.

اللعب مع الأطفال الصغار

الأطفال الصغار هم مثل العلماء الصغار. غالباً ما يكون لعبهم عبارة عن تجربة، ومراقبة، وإختبار، وتجريب الأفكار ومعرفة كيفية عمل الأشياء. على سبيل المثال، ربما يحب طفلك 'إرسال' الأشياء بالبريد – في الكثير من الأحيان في الجزء الأمامي من مشغّل القرص المضغوط CD أو أقراص الفيديو الرقمية DVD!

يمكنك محاولة **الأفكار التالية للعب مع الأطفال الصغار**:

- أعط طفلك بعض ملاقط الغسيل وحاوية الملاقط. سوف يكون طفلك سعيداً بوضع الملاقط داخل الحاوية وإخراجها من الحاوية – مراراً وتكراراً ومراراً وتكراراً!
- قص قطعة من الكرتون على شكل مغلفات صغيرة وزيّنها. يمكنك أيضاً صنع 'صندوق بريد' عن طريق قص فتحات في الجزء الأمامي من وعاء الآيس كريم/البوظة أو علبة من الكرتون.
- إصنع عجينة اللعب وابنِ الأبراج، والفطائر، والأشجار أو الأشكال فقط – اختر ماذا يحب طفلك. يمكنك حتى سحق عجينة اللعب بين أصابعك.
- ضع معاً علبة من الملابس القديمة للعبة الأزياء التنكرية أو اللعب التظاهري. يمكنك إستخدام وعاء الآيس كريم/البوظة لصنع قبعة تنكرية ممتعة. غطيها بواسطة ورق ألمنيوم، ويصبح طفلك رائد فضاء. يمكنك أيضاً لصق المواد، أو الزهور الزائفة أو الكريات المصنوعة من الورق على حاوية لتحويل طفلك إلى ضيف فاخر في حفلة شاي.
- إلعب في الهواء الطلق في الفناء الخلفي، أو الملعب المحلي، أو الشاطئ أو الحديقة.

(C) 2016 Raising Children Network. All Rights Reserved

اللعب مع الأولاد في مرحلة ما قبل المدرسة

جرّب بعض **أفكار اللعب** التالية. هي مرحة وسوف تساعد أيضاً طفلك في المهارات الحركية الدقيقة والمهارات الحركية الكبيرة:

- بيّن لطفلك كيفية حشو الجوارب القديمة بالورق أو بقايا المواد لصنع المخلوقات مثل الثعبان أو اليرقة.
- إصنع دمية جورب عبر استخدام الجوارب القديمة. خيط الأزرار أو ألصق مواد أخرى للعيون والأنف والشعر.
- إملأ علبة بملابس قديمة نظيفة للعب لعبة الأزياء التنكرية.
- إطوي الصحيفة لصنع قبعة القراصنة أو الساحر. دع طفلك الصغير يقص ويلصق الصور الملونة التي تم قصّها من المجلات القديمة.
- دع خيال طفلك يحوّل صناديق الكرتون إلى دمى – سيارة، أو منزل صغير للعب، أو منضدة المتجر أو موقد المطبخ.
- قم بزيارة الحديقة المحلية أو منزل أحد الأصدقاء، أو مجرد المشي في حيّك المحليّ. وهذه كلها مصادر مغامرة ومتعة لطفلك.
- الصق بعض قصاصات الورق معاً لصنع كتاب بسيط. دع طفلك يخلق قصة ويزيّن الصفحات إما عن طريق رسم الشخصيات نفسها أو قصّها ولصقها من المجلات القديمة.

اللعب مع الاطفال في سن المدرسة

حافظ على ترفيه طفلك وتحفيزه من خلال **أفكار اللعب** التالية:

- اعثر على بعض الصناديق القديمة الكبيرة وراقب ما يمكن أن يفعل طفلك بها. ويمكن أن تتحول إلى منزل صغير للعب، أو مركبة فضاء أو مخبأ. يمكن أن تسأل السوبر ماركت المحلية أو تاجر الأجهزة الكهربائية إذا كان عندهم صناديق يمكن أن تأخذها إلى المنزل.
- اطبخ مع طفلك – إبدأ بالأكلات السهلة المفضّلة لدى العائلة.
- إسمح لطفلك بدعوة صديق له للعب معه لفترة قصيرة.
- حوّل الشراشف القديمة إلى خيمة من خلال لفها على ظهر الكراسي، أو إصنع منزل صغير للعب من خلال لفّ الشراشف على حواف الطاولة.
- إسمح لطفلك أن يساعدك في الأعمال والمهام المنزلية الصغيرة. عادة ما يستمتع الأطفال بجمع البريد، والمساعدة على طوي الغسيل النظيف أو سقي الحديقة.
- إلعبوا ألعاب الكلمات - على سبيل المثال، ألّفوا الأناشيد المضحكة والألغاز.

اللعب هو الوسيلة الأساسية التي من خلالها يتعلّم الأطفال الرضع والأطفال الصغار. ولكن إذا لم يكن اللعب ممتعاً، فانه لا يُعدّ لعباً. السماح لطفلك بارشاد اللعب يساعد على الحفاظ على المتعة. للأطفال الرضع، يمكن أن يدل ذلك على وقف اللعب في حال كانوا متعبين. للاولاد في مرحلة ما قبل المدرسة، قد يكون السماح لهم باختيار ما يريدون اللعب به.

مسرد المصطلحات:

اللعب المطلق: اللعب الموجّه من الأطفال والذي يتضمن مواد بسيطة مثل الصناديق والأقمشة والورق ويسمح باطلاق عنان خيال الطفل، والخلق والنمو.

المهارات الحركية الدقيقة: المهارات الجسدية اللازمة لحركة العضلات الصغيرة المنسّقة مثل التقاط الأشياء الصغيرة بين الإبهام والإصبع.

(C) 2016 Raising Children Network. All Rights Reserved

المهارات الحركية الكبيرة: المهارات الجسدية التي تستخدم العضلات الكبيرة في الجسم، مثل الزحف والمشي والجري والرمي والقفز.

 (C) 2016 Raising Children Network. All Rights Reserved