

مركز الطفولة المبكرة

Early Childhood Center

Childhood Center

كلية التربية - جامعة قطر

# مجلة أطفالنا

مركز الطفولة المبكرة



# أسرة التحرير



## الإشراف العام

- أ.د فاطمة المعضادي - مدير مركز الطفولة المبكرة
- أ. آمنة المغيصيب - مساعد مدير مركز الطفولة المبكرة

## رئيس التحرير

- إيمان شعار

## فريق التحرير

- هالة أبو سعد
- سهيلة بده
- حنان العيلة
- لينا قطيش

## التصوير

- علي عماد - مصور الجامعة

## التصميم والإخراج

- إيمان شعار



<http://www.qu.edu.qa/ar/education/centers/early-childhood-center>



[ecc.edu@qu.edu.qa](mailto:ecc.edu@qu.edu.qa)



[qu\\_ecc](https://www.instagram.com/qu_ecc)



+974-44035214

مجلة "أطفالنا" هي مجلة فصلية تصدر عن مركز الطفولة المبكرة في كلية التربية بجامعة قطر، في نهاية كل فصل دراسي.

# محتوى العدد

الصفحة	الموضوع
٤	<b>كلمة مدير المركز</b>
٥	<b>النشرة الإخبارية:</b>
٦	– المنهج والفعاليات
٧	– التطوير المهني للمعلمات
٧	– تسجيل الأطفال الجدد للعام الأكاديمي ٢٠٢١ – ٢٠٢٢
٨	– لنغسل أيدينا بعناية في ظل كوفيد-١٩
٩	– منصة مركز الطفولة المبكرة التثقيفية
١٠	– أسبوع القراءة الافتراضي
١١	<b>الطفل والصحة النفسية:</b>
١٢	– الإرشاد النفسي في الطفولة المبكرة
١٢	– حقبة المشاعر
١٣	– كورونا والصحة النفسية
١٤	– الضبط الذاتي في الطفولة المبكرة
١٧	– كيف تشجع طفلك على السلوك الجيد
١٨	<b>مقالات في الطفولة:</b>
١٩	– الألفاظ الأربعة (أ) لروتين قبل النوم
٢١	– وقفات تأملية مع دائرة الشجاعة
٢٣	<b>معلمة وأفتخر:</b>
٢٤	– استخدام تطبيق البادلت في تفعيل الشراكة الوالدية لدعم تعلم الطفل في زمن الكورونا
٢٧	– رحلتي في كتابة قصص الأطفال
٢٨	<b>ضيف العدد:</b>
	– حوار عن صناعة الطفل الموهوب
٣١	<b>مواهب بلا حدود</b>
٣٥	<b>طفلي في الإجازة الصيفية</b>
٤٠	<b>صحتي في صحتي</b>
٤٣	<b>ألبوم الفعاليات</b>



# كلمة مدير المركز

يوماً بعد يوم، نزدادُ عزيمةً نحو تقديم المزيد لأطفالنا الأعزاء.. بما يحقق المنفعة لهم، ويفتح آفاقاً جديدة للمعلمين، أولياء الأمور والأخصائيين التربويين، وكل من يُعنى بالطفولة المبكرة.

على الرغم من الصعوبات والتحديات التي واجهتنا في العمل خلال الفصل الدراسي ربيع ٢٠٢١ بسبب مستجدات انتشار فيروس كورونا، إلا أننا بفضل الله تعالى، ثم بجهود فريق العمل في المركز تمكناً من التغلب عليها، وتنفيذ ما خططنا له بنجاح وقوة وتميز.

وبفضل متابعتكم الغالية لنا، ازددنا إصراراً على تحقيق التميز دائماً، وذلك عبر مشاركتكم بالمحتوى الجديد، الغني والممتع في آن واحد..



أهلاً بكم في العدد الثاني من مجلة أطفالنا..  
نافذتكم الصغيرة نحو عالم الأطفال الواسع..

أ.د فاطمة يوسف المرصدي  
مديرة مركز الطفولة المبكرة



# النشرة الإخبارية



## المنهج والفعاليات:

استمر مركز الطفولة المبكرة في تطبيق نظام الفقاعة الصفية خلال فترة التعليم الاعتيادي، وعليه فقد اكتفى المركز باحتفال الأطفال ومعلماتهم بجميع المناسبات والفعاليات داخل القاعات الدراسية وبمشاركة افتراضية من بعض الجهات وأولياء الأمور.

وقد نظم المركز خلال فترة التعلم عن بعد فعالية أسبوع القراءة الافتراضي، والتي تضمنت أنشطة قصصية للأطفال، بالإضافة إلى ورش تثقيفية للمعلمات وأولياء الأمور.

كما احتفل المركز (عن بعد) في آخر يوم دراسي بتخريج أطفال صف التمهيدي ٢ - دفعة ٢٠٢١ من خلال منصة مايكروسوفت تيمز.

### فعاليات الفصل الدراسي الثاني ربيع ٢٠٢١:

- اليوم الرياضي للدولة.
- الاحتفال بختام دراسة الأشجار.
- فعالية "لنغسل أيدينا بعناية في ظل جائحة كوفيد ١٩".
- أسبوع القراءة الافتراضي: القارئ الصغير.
- الاحتفال بختام دراسة المباني (عن بعد).
- حفل التخرج الافتراضي لأطفال صف التمهيدي ٢.

قام مركز الطفولة المبكرة في بداية الفصل الدراسي الثاني ربيع ٢٠٢١ بتطبيق التعلم الاعتيادي (الحضور اليومي)، وذلك بناءً على القرارات الصادرة عن وزارة التعليم والتعليم العالي وبالتنسيق مع وزارة الصحة العامة بدولة قطر، والتي نصت على رفع نسبة الحضور في المدارس ورياض الأطفال ذات الكثافة القليلة (بنسبة ١٠٠%)، حيث لم تتجاوز أعداد الأطفال لدينا ١٤ طفلاً في القاعة الدراسية الواحدة. ومع ازدياد عدد الإصابات بفيروس كورونا في شهر إبريل قام مركز الطفولة المبكرة بالتحول إلى نظام التعلم عن بعد، وذلك اتباعاً للقرارات الصادرة عن وزارة الصحة العامة.

حرص مركز الطفولة المبكرة على تقديم تجربة تعليمية افتراضية تحاكي التجربة التعليمية الاعتيادية، وذلك من خلال الالتزام بتطبيق أساسيات المنهج الإبداعي المطبق في المركز، عن طريق:

- بث لقاء مباشر مع الأطفال بشكل يومي يتم من خلاله تطبيق المناقشات والكتابة التشاركية، بالإضافة إلى القراءة الجهرية.
- إرسال موارد تعليمية يومية عن طريق OneDrive تتضمن مقاطع فيديو لأنشطة ذات أهداف محددة، قد قامت معلمات المركز بإعدادها مسبقاً.
- إنشاء صفحة Padlet لكل صف لمشاركة أعمال الأطفال.
- إرسال أنشطة إثرائية بشكل أسبوعي لدعم تطور الأطفال في مجالات النمو المتعددة.



## التطوير المهني:

– في إطار التطوير المهني لمنتسبي مركز الطفولة المبكرة، شاركت (٨) من معلمات المركز بحضور مؤتمر ديونو للطفولة المبكرة ٢٠٢١، تحت شعار "إبداع الأطفال وتحديات القرن الـ ٢١"، حيث عُقدت كافة فعاليات المؤتمر عبر منصة ZOOM للتعليم عن بعد، والذي احتوى على عدد من البرامج التدريبية المميزة وهي:

- إعداد المدرب المعتمد في برنامج سكامبر لتنمية الخيال والإبداع عند الأطفال.
- إعداد المدرب المعتمد في برنامج مفاتيح التفكير العشرين للأطفال.
- إعداد المدرب المعتمد في برنامج الذكاءات المتعددة للأطفال.
- إعداد المدرب المعتمد في برنامج قبعات التفكير الست للأطفال.
- إعداد المدرب المعتمد في تعليم الإبداع والابتكار للأطفال.
- إعداد المدرب المعتمد في تصميم المناهج الإبداعية للأطفال.

وعلى إثر ذلك ستطرح المعلمات اللاتي حضرن المؤتمر بعض من هذه البرامج ضمن الورش التدريبية لمركز الطفولة المبكرة للعام الأكاديمي القادم، وذلك بهدف تعزيز تبادل الخبرات بين المعلمات.

– نظم المركز ورشة عمل لمعلمات البرنامج العربي بعنوان "حاورني تفهمني" قدمتها الدكتورة عائشة آل ثاني المرشد النفسي بمركز الطفولة المبكرة، وقد هدفت الورشة إلى توضيح دور المعلمة في تنمية مهارة الحوار مع الطفل للتعبير عن مشاعره وأفكاره من خلال أنشطة عملية، واستراتيجيات تعليمية مبتكرة.  
كأ. جوزاء الشمري – منسق البرنامج العربي

## تسجيل الأطفال لإجتماع للعام الأكاديمي 2021 – 2022:

تم فتح باب القبول والتسجيل للأطفال الجدد للعام الأكاديمي ٢٠٢١ – ٢٠٢٢ في شهر فبراير، حيث بلغ عدد المتقدمين من أبناء منتسبي جامعة قطر من الكادر الأكاديمي، والإداري، وطالبة الجامعة، ونسبة من خارج جامعة قطر ٨٧ طفل. وقد أجريت المقابلات الشخصية مع أولياء الأمور على مدار أسبوع في الفترة من ٢٨ إلى ٣١ مارس، مع تطبيق كافة التدابير والإجراءات الاحترازية، حيث تم تخصيص قاعة المسرح في مركز الطفولة المبكرة لإجراء المقابلات، واقتصرت على حضور أحد والدي الطفل بدون الطفل، لتسليم المستندات المطلوبة، ومقابلة المعلمة لتقييم الطفل من خلال فيديو قصير يعرضه ولي الأمر عليها، إلى جانب مناقشته في الأمور المرتبطة بجوانب نمو الطفل (النمو الحركي، النمو اللغوي، النمو المعرفي).

### الإجراءات الاحترازية التي تم تطبيقها خلال المقابلة:

- تحديد أوقات محددة لحضور أولياء الأمور على دفعات (٥ أشخاص في كل دفعة) لتفادي الازدحام، وتم التأكيد على أن الحضور قبل الموعد المحدد للمقابلة ب ١٥ دقيقة.
- تخصيص بوابة واحدة للدخول إلى قاعة المقابلات أخرى للخروج، مع الالتزام بإجراءات الدخول الاحترازية المتبعة في المركز، وهي (إبراز احتراز باللون الأخضر، ارتداء الكمامة، الالتزام بالمسافة الاجتماعية).
- تعقيم المقاعد والأدوات بشكل دوري فور خروج كل دفعة.
- تخصيص مناطق انتظار متعددة لتفادي الازدحام (منطقة انتظار خارجية، ومنطقة انتظار داخلية لتسليم المستندات، وأخرى انتقالية استعداداً لمقابلة المعلمة).

للمشاهدة اضغط على [qu\\_ecc](http://qu_ecc)

كأ. لطيفة المهدي – أخصائي دعم أعمال



## لنغسل أيدينا بعناية: في ظل جائحة كوفيد - 19

نظم مركز الطفولة المبكرة هذه الفعالية بالتعاون مع شركة LNG اليابانية، وقطر غاز، وقدمها فريق مساعدة الطوارئ الياباني من وزارة الاقتصاد والتجارة والصناعة باليابان افتراضياً عبر منصة ويبكس WebEX باستخدام الأجهزة الذكية، وذلك على يومين.

في اليوم الأول للفعالية قدم الفريق الياباني عرضاً عاماً شمل معلمات رياض الأطفال، وطالبات كلية التربية، وأولياء الأمور، وقد تضمن شرحاً مفصلاً بالصور، ثم تطبيقاً عملياً لغسيل الأيدي.

أما اليوم الثاني فقد كان خاصاً بأطفال مركز الطفولة المبكرة الذين تواصلوا مع بعضهم من خلال الشاشات الذكية التي تم توفيرها داخل الفصول الدراسية. وقد تميز أسلوب العرض بالتفاعل الإيجابي الفعال بين جميع الأطراف من مقدمي الورشة (في اليابان)، والأطفال ومعلماتهم داخل الفصول الدراسية (في المركز)، حيث اعتمد على الصوت والصورة والحوار المباشر إلى جانب التطبيق العملي لأنشطة غسيل اليدين في جو مرح وممتع بما يتناسب مع هذه الفئة العمرية.

لمشاهدة فيديو الفعالية اضغط على الصورة أدناه:





## منصة مركز الطفولة المبكرة | التثقيفية

أنشأ مركز الطفولة المبكرة منصته التثقيفية بهدف توعية وتطوير أولياء الأمور من آباء وأمهات، وكذلك معلمين ومعلمات، وطالبات وفئات أخرى من المهتمين والمختصين بكل ما يتعلق من أمور وموضوعات في مجال الطفولة المبكرة، وذلك من خلال تقديم ورش العمل، والندوات، والمحاضرات التوعوية عن بعد من قبل أساتذة و تربويين ومختصين في مجالات متعددة من داخل وخارج قطر عبر منصة ميكروسوفت تيمز و زوم، الأمر الذي ساعد على تعزيز الشراكة المجتمعية بين مركز الطفولة المبكرة ومؤسسات المجتمع المحلي والإقليمي. وقد لاقت المنصة إقبالا كبيرا وتفاعلا إيجابيا من قبل المتابعين والمهتمين، حيث تم تفعيل المنصة بشكل بارز خلال أسبوع القراءة الافتراضي ليتم من خلالها بث جميع فعاليات والأنشطة الخاصة به، ليصل إجمالي عدد الذين حضروا الورش إلى ما يقارب 1000 متابع من داخل قطر وخارجها في جميع الفعاليات. وفيما يلي قائمة بالورش والندوات التي تمت من خلال المنصة التثقيفية:

التاريخ	مقدم الفعالية	عنوان الفعالية
٦ يناير ٢٠٢١	الدكتور محروس سليمان	صناعة الطفل المبدع (التربية الفكرية) - ج١
٢٥ يناير ٢٠٢١	مستشار أسري وتربوي، ومدرب مهارات التفكير وأنماط الشخصية	صناعة الطفل المبدع (التربية الفكرية) - ج٢
٢٣ فبراير ٢٠٢١	المدربة بانه بيبي مدرب معتمد في اللياقة العاطفية، وكوتش محترف (PCC)	فخاخ التفكير
١١ أبريل ٢٠٢١	الدكتورة عائشة آل ثاني مرشد نفسي بمركز الطفولة المبكرة وعضو هيئة تدريس بكلية التربية	حاورني تفهمني
٤ - ٨ أبريل ٢٠٢١	أساتذة ومختصين من داخل قطر وخارجها	فعاليات أسبوع القراءة الافتراضي وعددها ٨ فعاليات
٦ مايو ٢٠٢١	أمل القاضي أخصائية نفسية بمركز الشفلح، ومستشارة لمرحلة الطفولة	أنا وطفلي نحو علاقة إيجابية



## أسبوع القراءة الافتراضي:

نظم مركز الطفولة المبكرة أسبوع القراءة الافتراضي في الفترة من ٤ إلى ٨ أبريل ٢٠٢١ تحت شعار "القارئ الصغير"، والذي تضمن مجموعة من الأنشطة والفعاليات الموجهة للأطفال والأمهات والمعلمات بهدف تسليط الضوء على أهمية القراءة في تنمية مهارات الطفل في كافة المجالات. استضاف أسبوع القراءة الافتراضي كوكبة من التربويين والمختصين بالطفولة المبكرة من داخل وخارج دولة قطر، بمشاركة معلمات وموظفات من المركز، وأمهات الأطفال، وزملاء عمل في جامعة قطر، وذلك بهدف تعزيز دور مركز الطفولة المبكرة في قطر والعالم العربي وبناء علاقات تعاون مع شركاء حقيقيين في مجال الطفولة المبكرة. وبسبب الظروف الراهنة تم تقديم جميع الفعاليات عن بعد عبر المنصة التثقيفية على تيمز. **وفيما يلي قائمة بأنشطة وفعاليات أسبوع القراءة الافتراضي، اضغط على الفعالية لمشاهدتها على حساب الانستجرام:**

اليوم	عنوان الفعالية	الفئة المستهدفة	مقدم الفعالية
اليوم ١	قراءة قصة جدو عادل نسي طريق البيت	الأطفال - صباحاً	أ. هالة أبو سعد - معلمة رياض أطفال
اليوم ٢	قراءة قصة تيتا مريم والهريس ورشة عمل: فوائد الحصيلة اللغوية لطفل ما قبل المدرسة	الأطفال - صباحاً أولياء الأمور - مساء المعلمات	أ. جوزاء الشمري - منسق أكاديمي بالمركز د. محمود العشري - أستاذ اللغة العربية بجامعة جورج تاون
اليوم ٣	استراتيجيات سرد القصة - بث مباشر على انستجرام المركز جلسة حوارية: رحلة القصة من فكرة إلى عبرة إدارة الجلسة: أ.د. فاطمة المعصدي	المعلمات - صباحاً الأمهات المعلمات - مساء الأمهات	معلمات المركز: أ. إيمان شعار أ. سهيلة بهه أ. هالة أبو سعد من قطر: د. عائشة آل ثاني - مرشد نفسي بالمركز أ. جميلة الماس - محرر دار نشر حمد بن خليفة أ. أميرة الحبابي - مدير تسويق دار جامعة قطر أ. هديل العطار - مؤلفة ومرشد أكاديمي. أ. هالة أبو سعد - مؤلفة ومعلمة رياض أطفال من لبنان: أ. نينا فارس - مسؤولة في دار أصالة من الكويت: أ. سارة الظفيري - مشرفة تكوين جونيور ومؤلفة قصص أطفال
اليوم ٤	مسرح الدمى ورشة عمل: أهمية الرسم في التعبير عن المشاعر	الأطفال - صباحاً المعلمات - مساء الأمهات	د. بشاير العطرزي من دولة الكويت أ. ماريان غانم من لبنان - مدربة مهارات حياتية
اليوم ٥	عرض قصص من خلال استراتيجيات جرة القصة ومسرح العرائس	الأطفال - صباحاً المعلمات	معلمات المركز: أ. إيمان شعار أ. سهيلة بهه

لقد لاقى أسبوع القراءة الافتراضي صدىً كبيراً، حيث كان عدد المتابعين والحاضرين للفعاليات يزداد يوماً بعد يوم، ليصل إجمالي عدد الحضور لجميع الفعاليات إلى ٦٤٥. كما كنا نتلقى العديد من رسائل الشكر والامتنان عقب كل فعالية من الحضور تعبيراً عن مدى الاستفادة التي قدمت سواء لأولياء الأمور أو الأطفال، وهذا ما يدل على نجاح هذا الأسبوع بفضل الله ثم بتكاتف جهود الفريق.

كأ. حنان العيلة - معلمة البرنامج العربي



# الطفل والصحة النفسية



# الإرشاد النفسي في الطفولة المبكرة

د. عائشة آل ثاني - مرشد نفسي بمركز الطفولة المبكرة

## المهارات الإرشادية للمعلمة:

يسعى المركز من خلال مكتب الإرشاد النفسي إلى تدريب معلماته على مهارات الإرشاد النفسي، وذلك من خلال تنظيم ورش العمل للتعرف على المهارات، وتدريبهن على تطبيقها مع الأطفال، ومتابعتهن خلال العمل لإكسابها ثقة العمل مع الطفل وولي الأمر. ومن أهم المهارات الأساسية للإرشاد النفسي الاستماع والتقبل والتعاطف، حيث أنها تجعل الطفل يتقبل المعلمة، وبالتالي يتقبل إرشاداتها.

إن التدريب على اكتساب المهارات الأساسية للإرشاد النفسي، وانتقالها إلى مهارات أعلى بالممارسة يكسبها ونأمل أن لا تقتصر فكرة تدريب المعلمة على معلمات مركز الطفولة المبكرة فقط، بل لتشمل كل معلمات الرياض لخدمة الطفل وولي الأمر بأسلوب متطور وناجح في عصر سريع ومتغير.

يبقى القول أن مكتب الإرشاد النفسي بمركز الطفولة المبكرة ما زال في إطار العمل الجاد لتوفير بيئة نفسية صحية، تقوم على دعم الطفل ومساندته ليس كعلاج للمشكلات فحسب، وإنما لتكون درعاً وقائياً يعمل على تطوير شخصية الطفل ليكسبه الثقة بنفسه ومحيطه.

## حقيبة المشاعر

إن من أهم ما يتواصل به الطفل في مرحلة الطفولة المبكرة "مشاعره" فهو يعبر عن مشاعر الفرح، الحزن، الخوف، والغضب بأسلوب غير لفظي. ولأن الطفل لا يمتلك الحصيلة اللغوية الكافية التي تسمح له بالتعبير عن ذاته، وجب علينا تشجيعه على التعبير وتوجيهه بأسلوب صحيح يساعده على تفرغ مشاعره. من هنا جاءت فكرة حقيبة المشاعر، وهي عبارة عن وسيلة تستخدم لربط المشاعر بدور المرشد النفسي في تعزيز السلوك، وتشجيع الطفل على التنفيس، وإيجاد الحلول باستخدام المشاعر المتضمنة كوسيلة تعليمية تعبيرية لضبط الانفعالات وردود الأفعال.

يهتم مركز الطفولة المبكرة بالصحة النفسية للطفل من خلال توفير الدعم النفسي اللازم له، وتعديل سلوكه، إلى جانب دعم وولي الأمر.

من هنا جاءت فكرة دمج التعليم بالصحة النفسية للطفل، حيث تم افتتاح مكتب الإرشاد النفسي بالمركز ليكون أول مركز طفولة مبكرة في قطر يهتم بتوفير متخصص في مجال الإرشاد النفسي لخدمة الطفل وأسرته، مما يعمل على تحقيق النجاح المرجو في العملية التعليمية من كافة النواحي، على اعتبار أن الصحة النفسية أحد أهم جوانب نمو الطفل.

## يخدم مكتب الإرشاد النفسي الطفل من خلال:

- تشجيعه على التعبير عن نفسه.
- الملاحظة والتقييم.
- التشخيص وعمل برامج خاصة له حسب احتياجاته النفسية.
- استخدام أدوات ووسائل متنوعة كالعلاج بالقصة أو اللعب أو الفن والسايكودراما.

## ويقدم المكتب خدمات استشارية لولي الأمر من أجل:

- تثقيفه وتوعيته في مجال الصحة النفسية للطفل.
- تدريبه على المهارات اللازمة لدعم الطفل.
- إشراكه في الأنشطة والبرامج الداعمة للصحة النفسية للطفل.
- فهم مشكلات الطفل، ودعمه داخل وخارج البيئة التعليمية.

## كما يقدم خدمات خاصة للمعلمة من خلال:

- حل المشكلات السلوكية.
- توفير التوجيه والدعم اللازم للتعامل مع الطفل.
- إكسابها المهارات الإرشادية اللازمة.
- تقديم ورش العمل والمحاضرات لتطوير المعلمة في مجال الصحة النفسية.

\* وقد استضاف أطفال صف **KG2B** خلال دراسة المباني الدكتورة عائشة آل ثاني للتعرف على ما تقوم به في عملها داخل المبنى كمرشد نفسي، ودار بينهم حوار ممتع وشيق

## اضغط لمشاهدة فيديو استضافة المرشد النفسي

\* كما أصدر مكتب الإرشاد النفسي سلسلة بطاقات **إرشادية لصحة نفسية لك ولطفلك**، وهي عبارة عن فيديوهات توعوية تزود ولي الأمر أو المعلمة ببعض الأساليب والاستراتيجيات التي تدعم مهاراتهم في التعامل مع الطفل في جوانب متعددة، حيث نشرت على حساب الانستجرام.

@qu\_ecc



## كورونا والصحة النفسية

في ظل الجائحة لم يعد الطفل كما كان يلعب، ويخرج، ويتنقل، بل أصبحت طفولته تأخذ مساراً آخرأ فيه خوف وقلق الوالدين الذي بدوره انعكس عليه. وقد يؤثر الخوف والقلق على شخصية الطفل، وعليه نقدم لكم بعض الإرشادات الهامة لحياة نفسية صحية في ظل ظروف كورونا:

- لا تظهر خوفك، حتى لا ينتقل إليه.
- لا تظهر ملل، لأنه سينقل له شعور الملل أيضاً.
- لا تكرر كلمات قد يكررها طفلك، مثل: ماذا نفعل؟ متى سينتهي الأمر؟ ... يا الله حياتنا أصبحت مخيفة.
- احذر تخويفه من الأمر بشكل يؤثر على نفسيته.

### السؤال الآن: ماذا أفعل مع ابني في هذا الظرف؟

إليك هذه الخطوات:

- تقرب منه.
  - حبه في فكرة الأمن والسلامة.
  - أشعره بحب قطر والحفاظ على أرواحنا.
  - اقرأ له القصص المعبرة.
  - نوع الأنشطة معه.
  - استخدم صندوق المشاعر كأحد الأنشطة المفيدة في الحوار والتعبير عن المشاعر.
- عزيزي ولي الأمر طفلك في هذه الظروف بحاجة إليك، وبحاجة إلى أن تشعره بحبك، وقربك منه، اجعلها أوقات أسرية لك وله.**

# الضبط الذاتي في مرحلة الطفولة المبكرة

ك. أ. إيمان الشامي - منسق أكاديمي للبرنامج الانجليزي

**منطقة اللون الأزرق:** يعمل فيها الجسم ببطء كما هو الحال عندما تكون حزينا أو مريضاً أو متعباً (حالة منخفضة من اليقظة).

**منطقة اللون الأخضر:** يكون فيها الجسم في حالة الهدوء والسعادة والتحكم والاستعداد للتعلم (حالة يقظة هادئة).

**منطقة اللون الأصفر:** تكون فيها المشاعر أكثر حدة ولكن مع الحفاظ على السيطرة، مثل مشاعر القلق والخوف والإحباط والإرهاق (حالة يقظة متزايدة لكن مع التحكم).

**منطقة اللون الأحمر:** تكون فيها مشاعر الغضب وفقدان السيطرة على المشاعر والتصرفات (تصاعد حالة اليقظة وخروجها عن السيطرة).

\* تجدر الإشارة إلى أن جميع المناطق مقبولة فلا توجد منطقة سيئة أو مرفوضة.

حظي موضوع الضبط الذاتي في السنوات الأخيرة باهتمام الكثير من العاملين في المجال التربوي. حيث أظهرت العديد من الدراسات والأبحاث أن الضبط الذاتي يشكل حجر الأساس في التكوين النفسي والسلوكي للطفل والأكاديمي على حدٍ سواء (Shanker, 2012).

ولدعم الأطفال في اكتساب مهارات الضبط الذاتي، قمنا في عدد من الفصول بمركز الطفولة المبكرة بتطبيق نهج "مناطق الضبط الذاتي" (Zones of Regulation By Leah M. Kuypers & Michelle Garcia Winner) وهو نهج سلوكي معرفي يساعد الأطفال على التعرف على مشاعرهم، واستخدام استراتيجيات تمكنهم من ضبط مشاعرهم وسلوكياتهم واحتياجاتهم الحسية ذاتياً.

تقوم فكرة هذا النهج على مساعدة الأطفال في إدراك مشاعرهم والتحكم بها، لا على تغييرها. مثال: "يمكنك أن تشعر بالغضب لكن لا يمكنك أن تضرب أحداً عندما تغضب". يعتمد نهج "مناطق الضبط الذاتي" على أربعة ألوان كمرئيات تساعد الأطفال على فهم المشاعر التي يشعرون بها في مواقف مختلفة خلال اليوم.

The Zones of Regulation مناطق الضبط الذاتي			
منطقة اللون الأزرق	منطقة اللون الأخضر	منطقة اللون الأصفر	منطقة اللون الأحمر
الحزن الملل التعب المرض	الفرح والسعادة الحب الفخر الهدوء	القلق الاستياء التوتر التحمس المفرط	الغضب الخوف الشديد الصراخ

## أهداف "مناطق الضبط الذاتي"

يتعلم الأطفال من خلال نهج "مناطق الضبط الذاتي":

- التعرف على مشاعرهم.
- التعرف على الاستراتيجيات والأدوات التي تساعد في ضبط المشاعر.
- القدرة على حل المشكلات بطريقة إيجابية.
- فهم أن سلوكهم يؤثر على مشاعر وأفكار الآخرين.
- اكتساب مهارات الضبط الذاتي.

## استراتيجيات وأدوات تساعد الطفل على الاسترخاء وال ضبط الذاتي عندما يكون في منطقة اللون الأصفر واللون الأحمر:



- التنفس بعمق.
- يوغا.
- عد الأشياء أو الأصابع.
- حَسن الدمى المحشوة.
- الاستماع إلى الموسيقى الهادئة.
- اللعب بالمعجون/الصلصال.
- الرسم والتلوين.
- لعبة البازل.

## ركن الاسترخاء:

من المهم توفير مكان هادئ في البيت يكون بمثابة ركن للاسترخاء، حيث يلجأ إليه الطفل لضبط مشاعره والعودة لمنطقة اللون الأخضر. يمكن إضافة أدوات الاسترخاء التي تم ذكرها سابقاً إلى هذا الركن. تجدر الإشارة إلى أن ركن الاسترخاء يجب أن يكون مكاناً يختاره الطفل لضبط مشاعره، ولا يجب فرضه على الطفل حتى لا يكون بمثابة مكان للعقاب.

## كيف يمكن أن تساعد طفلك في البيت؟

- ساعد طفلك في التعرف على مشاعره في أوقات مختلفة خلال اليوم.
- ساعد طفلك على تسمية مشاعره، إيجابية كانت أو سلبية.
- كن المثل الأعلى لطفلك وتحدث عن مشاعرك خلال اليوم.
- تقبل مشاعر طفلك وأظهر تفهمك لعواطفه.
- ناقش مع طفلك استخدام ركن الاسترخاء والاستراتيجيات والأدوات التي تساعد على التهدئة.
- خطط مسبقاً لما ستقوم به في حال كان طفلك في منطقة اللون الأحمر.
- تفادى توجيه الطفل عندما يكون في منطقة اللون الأحمر، فهي ليست لحظات تعليمية.

## المرجع:

Shanker, S. G. (2012). *Calm, Alert and Learning: Classroom strategies for self-regulation*. Toronto: Pearson



# كيف تشجع طفلك على السلوك الجيد؟

ك. أ. سهيلة بدّه – معلمة البرنامج الإنجليزي

أثبتت الدراسات بأن الطفل يتعلّم السلوكيات بسرعة أكبر عند تلقّيه للإرشادات الإيجابية الصحيحة والملائمة من قبل البالغين، مما يعني أهمية تشجيع الطفل، وإعطائه الاهتمام عند أدائه لسلوك جيد بدلاً عن مجرد معاقبته عندما يقوم بسلوك سلبي لا يعجبك..

## فيما يلي بعض النقاط التي تساعدك على تشجيع السلوك الإيجابي لطفلك:



- اخلق جوّاً إيجابياً يساعد طفلك على السلوك الجيد.
- كن نموذجاً يحتذى به طفلك ويقلّده، واستخدم سلوكياتك الخاصة لتوجيهه.
- أعط طفلك تعليمات واضحة موجزة، وتجنب أسلوب النهي (لا).
- أظهر لطفلك كيف تشعر حيال سلوكه.
- اثن على تصرفات طفلك الإيجابية؛ ليتشجع على تكرارها.
- انزل إلى مستوى طفلك بالاقتراب منه، والنظر إلى عينيه، عندما تحاوره.
- استمع إليه، وتفاعل معه جسدياً وعاطفياً.
- التزم بالوعود التي تقطعها؛ لتعزيز الثقة والاحترام المتبادل.
- كن حازماً ولطيفاً في نفس الوقت.
- أعط طفلك بعض المسؤوليات التي تناسب قدراته، وأخبره بما يترتب عليها؛ لدعم ثقته بنفسه.



# مقالات في الطفولة

# الألفات الأربعة (أ) لروتين قبل النوم

د. إيمي بيتاوي - أستاذ الطفولة المشارك



عزيزتي الأم  
يعتبر النوم عنصراً أساسياً لصحة الطفل، وضرورياً لاستعادة حيوية جسمه، وجهازه المناعي، وتعزيز ذاكرته، وتقويتها. فالنوم غير الكافي يؤثر على سلوك طفلك طوال النهار ويؤدي إلى ضغوط نفسية على الأسرة وخاصة على الأم. فعدد ساعات النوم للطفل مهمة، لكنها تتفاوت من طفل لآخر، إلا أن إرشادات النوم المقدمة من الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال (AAP) بينت أنه يجب أن يحصل الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة على حوالي 11 إلى 13 ساعة من النوم بما في ذلك القيلولة. أي أن متوسط النوم للأطفال الذين تتراوح أعمارهم من 3 إلى 6 سنوات هو 10 إلى 12 ساعة يومياً.

لتطوير عادات نوم مناسبة بين أطفال ما قبل المدرسة، ولكي يحصل طفلك على الساعات الكافية من النوم، يجب أن يتبع الأهل روتين وعادات للنوم تتسم بالاتساق. فإذا تعود طفلك على هذا الروتين قبل النوم ويقوم به دائماً في ساعة معينة، فإن ذلك يساعده على تعويد نفسه، وساعة جسده البيولوجية على الخلود للنوم دون مشاكل للأهل. وأفضل روتين اتفق عليه خبراء الطفولة هو ما يسمى بال 4Bs، وأسميته لكم بالألفات الأربعة:

1. أستحم
2. أغسل أسناني
3. أقرأ قصة
4. أخلد للنوم

اعلمي عزيزتي الأم أن وقت النوم المتسق (أي في ساعة محددة يومياً لا تتغير)، يزيد من امتثال طفلك للنوم، ويزيد مدة نومه ليلاً، ويجعل طفلك يشعر بالثقة تجاه نفسه من خلال اتباع روتين وإدارة النوم بمفرده، مما يؤدي في النهاية إلى تمكين طفلك من النوم بمفرده.

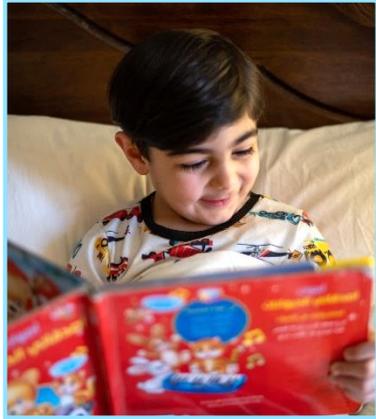
يجب أن تحددى عزيزتي الأم الوقت المناسب لنوم طفلك، ولا ينبغي أن تتركي مزاجه يؤثر على قرارك بشأن السماح له بالسهر لوقت متأخر من الليل في أحد الليالي وليس في الليالي الأخرى، فهذا التصرف يجعل طفلك يصاب بالارتباك والإحباط بشأن ما هو متوقع منه بالضبط. ولن يلتزم بالقواعد والحدود.

**أستحم:** تعويد طفلك يومياً على الاغتسال بعد يوم طويل من اللعب يساعده على معرفة أهمية النظافة الشخصية، وإعطائه وقت للعب في الماء في حوض الاستحمام يفرغ أي طاقة حركية لم يفرغها خلال اليوم، ويساعد جسده على الاسترخاء والهدوء عندما يخلد للفرش.

**أغسل أسناني:** روتين غسل الأسنان قبل النوم مهم لمحافظة طفلك على صحة أسنانه، وأهمية الأسنان والحفاظ على نظافتها وسلامتها، يخفف عليه من المشاكل المستقبلية المتعلقة بالأسنان، وعلى الأهل التكلفة المادية المتعلقة في هذا الموضوع ناهيك عن الوقت المستقطع من يوم الأب أو الأم لزيارات طبيب الأسنان المتكررة.

**أقرأ قصة:** هذا الروتين لا يقل أهمية عن روتين النظافة لأن قراءة القصص قبل الذهاب إلى النوم تعزز خيال طفلك، وتزيد من حصيلة مفرداته اللغوية، مما يساعده في النهاية على أداء أفضل في المدرسة. وإذا أتبعنا قراءة القصة بتلاوة آية صغيرة ودعاء ما قبل النوم يساعد ذلك على تهدئة عقل طفلك وهو أمر ضروري لخلوده للنوم.

**أخلد للنوم:** في هذه المرحلة وبعد أن انتهينا من الروتين اليومي يجب على الأم أن تتأكد من أن بيئة الغرفة التي ينام فيها الطفل مناسبة من حيث الحرارة، والبرودة، والضوء، والأصوات، والضوضاء، ومصادر الإزعاج الداخلية من التلفزيون، والحاسوب، والمحمول. لا يجب على الأم البقاء في الغرفة مع الطفل حتى ينام، بل يجب عليها الخروج من الغرفة، وتعويد الطفل الاعتماد على نفسه في أن يخلد للنوم.





# وقفات تأملية مع دائرة الشجاعة

د. ديانا حميدي - أستاذ الطفولة المشارك

وتعد **الاستقلالية** المكون الثاني من مكونات "دائرة الشجاعة"، إذ تتجلى بشعور الفرد بأنه قادر على التحكم بالموافق التي يمر بها، وأنه يمتلك السلطة لاتخاذ القرار المناسب؛ فالطفل الذي يوقن أنه يملك القدرة على التصرف المقبول في الوقت المناسب سواء كان في البيت أو الحديقة أو المسجد، فإنه يشعر بالقدرة على السيطرة على البيئة التي يعيش فيها. إن نمو الاستقلالية لدى الطفل يتطلب بيئة راعية مشجعة؛ فيها من توفر الأدوات والمواد، وطرق الحصول عليها، ومعرفة كيفية استخدامها ما يمكن الطفل من الولوع بثقة في عالم الاستقلالية، كما أن نمو الاستقلالية يتطلب إعطاء الفرصة للطفل لاتخاذ القرار؛ فالطفل الذي تسأل والدته أن يختار ما يفضله من الملابس التي سيخرج بها لزيارة الأقارب يعزز لديه الشعور بأن اختياره موثوق. كما أن المعلمة التي تتيح للطفل أن يختار من بين الأنشطة المقدمة له تتيح لهذا الطفل أن يجرب فرصة اتخاذ القرار وتحمل تبعاته. كما يمكن سبر غور الاستقلالية من خلال التشاركية في وضع القوانين الصفية؛ وهو ما يمثل التعاقد المشترك بين كل من الأطفال ومعلمتهم التي تعني بعمق دلالة إتاحة الفرصة للطفل بأن يفكر بالقوانين الصفية، ويتمثلها بمخيلته ومن ثم يعبر عنها بلغته؛ مما يجعله ملتزماً بها خاصة إن كانت تراعي المقترحات التربوية التي تحث على صياغة القوانين بلغة إيجابية للدلالة على السلوك المقبول بدلاً من لفت انتباه الطفل للسلوك غير المقبول. بالإضافة إلى أهمية عدم الإكثار من القوانين وإبقائها بحددها الأدنى، مما يجعل الموقف التعليمي أقل توتراً، ويجعل الوقت الأكبر متاحاً للتفاعل بدلاً من مراقبة تنفيذ القوانين.

وبالانتقال للمكون الثالث العميق من "دائرة الشجاعة" وهو **التمكن والإتقان**، إذ نجد أن هناك لبساً لدى البعض في فهم دلالاته، فهذا المكون لا يعني وجوب أن يحقق الفرد الكمال وتمام الإتقان، وإنما يقود هذا المفهوم الفرد إلى أن يشعر أنه "جيد بعمل شيء ما" وأنه يمتلك ما يحتاجه من طاقة للاستمرار بتطوير نفسه في أي مجال من المجالات سواء كانت أكاديمية أو رياضية أو في مجال تنمية الموهب التي يرغب الفرد بصقلها. إن عدم وجود هذا الشعور وافتقاده لمكون التمكن سيصبح الفرد متشككاً متسائلاً عن جدوى وجوده في هذه الحياة، من أجل ذلك يسعى كل من أولياء الأمور والمعلمين لمساعدة أطفالهم على تطوير "الكفاءة الذاتية"، حيث تشير الدراسات المتخصصة إلى أن تحصيل المتعلم الأكاديمي يعود بنسبة منه لامتلاكه الكفاءة الذاتية لأنها تضمن للفرد الدافعية والمثابرة لإتمام المهمة. والسؤال هنا: كيف أعزز كفاءة طفلي الذاتية؟

من جماليات القراءة أنها تمنحك جواز سفر للتجول في عقول الثقافات المتنوعة والتأمل في أفكارها، ومحطتنا اليوم تعرض وقفاتنا التأملية في فكرة تربوية جذورها مستمدة من ثقافة الهنود الأمريكيين الأصلاء أصحاب نموذج "دائرة الشجاعة" التي سنحاول تأمل أثرها في الطفولة المبكرة، إذ تنطلق الفكرة من إيمان أصحابها بأن كل فرد بدءاً من ولادته على وجه الأرض يعيش بدائرة تستلزم امتلاكه أربع حاجات أساسية عالمية يشترك بها جميع أفراد هذا العالم. إن افتقد الفرد إحدى هذه الحاجات فإن دائرة الشجاعة عنده ستتكسر، وتظهر علاماتها على شكل أعراض، منها: الإحباط، والاكتئاب، والقلق، والعزلة وغيرها من الأعراض التي تؤثر على سلوكياتهم الحياتية.

أما مكونات دائرة الشجاعة الأساسية فهي:

(1) **الانتماء** ويعبر عنه بعبارة "أنا محبوب"

(2) **الاستقلالية** ويعبر عنها بعبارة "لدي القدرة على اتخاذ القرار"

(3) **الإتقان** ودلالته في حياة أطفالنا يكون بعبارة "يمكنني أن أنجح"

(4) **الكرم** ومدلوله يتمثل بأن الفرد "يشعر بغيره". وعند تأمل كل مكون من مكونات "دائرة الشجاعة" نجد معاني عميقة توجه أنظارنا في مرحلة الطفولة المبكرة للانتباه لهذه المكونات، والسعي الجاد لإشباعها في حياة أطفالنا كي تبقى دائرة الشجاعة عندهم قوية ومتماسكة تحميهم إن عصفت بهم ظروف الحياة وتقلباتها.

إن المتأمل في مكون **الانتماء** يدرك أن الطفل الذي يشعر أنه ينتمي لمجموعته، وأنه جزء من أسرته وروسته ومدرسته، يتمتع بشعور قوي بأنه مقبول ومرغوب في محيطه، وعلى النقيض من ذلك نجد الطفل الذي يفتقد الانتماء يشعر بالعزلة في بيئته ويشعر بأنه لا ينتمي لها. والسؤال الذي يتبادر للذهن: كيف لي كمعلمة أو ولي أمر أن أعزز الشعور بالانتماء لدى طفلي؟

ومن أبرز المقترحات التي زخرت بها الأدبيات المتعلقة بهذا الموضوع ضرورة أن يتحلى مقدم الرعاية بعلاقة ملؤها الدفء والتقبل والاهتمام غير المشروط بالطفل. من هنا يدرك الطفل أن والديه أو معلمته يهتمون به اهتماماً "حقيقياً"، ويستمعون له بإصغاء، ويقضون وقتهم معه وهم مستمتعون، وفي تلك الأوقات النوعية يطرحون تساؤلات تمكّنهم من معرفة اهتمامات الطفل وتفضيلاته، بروح تسودها المودة والتقبل، من هنا يعرف الوالدان والمعلمون كيف يساعدون طفلهم، ومن هنا يشعر الطفل بأنه مقدر في بيئته فترتقي صورته عن ذاته لتصبح أكثر إيجابية. إن هذا الدفء والتجاوب هو ما يشعر الطفل بقيمته وأنه يستحق الاهتمام، وأن مشاعره تقابل بالاحترام. إن بناء علاقة الانتماء يعد تاريخاً لا يئنى بيوم وليلة، وإنما يتطلب استمرارية المداومة على بناء هذه العلاقة الفاعلة في كل من البيت والمدرسة وغيرها من مؤسسات المجتمع ذات الصلة بالطفل.

إن اتباع أولياء الأمور والمعلمات في مرحلة الطفولة المبكرة لأسلوب "الاستماع النشط" من خلال تكرار ما نطقه الطفل من عبارات يفتح المجال لحوار متعمق أكثر، مما يحفز الطفل على توضيح أفكاره أكثر. كما أن تدريب الطفل على أسلوب "حل المشكلات وفض النزاعات" هو أداة ناجحة لكل مقدم رعاية للطفل، إذ يتم من خلال أسلوب حل المشكلة تحديد المشكلة فور حدوثها، والاستماع النشط، والبحث عن بدائل، واختيار الحل المناسب أو دمج مجموعة من الحلول المقترحة، وحذف الحلول المتناقضة، ثم أخذ تعهد من كل طفل مشترك في المشكلة بأن يلتزم بما ورد في الحلول المقترحة.

إن مهارة الكرم كإحدى مهارات نموذج "دائرة الشجاعة" تتطلب تدريب الطفل على التعايش مع الآخرين، ففي الصف الذي يعد مجتمع التعلم الذي يتواجد فيه يكون الهدف "أن يحترم كل فرد الآخر"، أما أداة التنفيذ فتكون من خلال النمذجة الذكية، وتقديم الأمثلة المباشرة كالتطوع، والأمثلة غير المباشرة التي تقدم من خلال قراءة القصص التي تنمي صفة الكرم في نفس الطفل، ورغم الفائدة المثلثة من القراءة إلا أن معنى القصة يتعمق في نفس الطفل من خلال توظيف تمثيل الأدوار من قبل الأطفال فيتمثل الطفل السلوكيات المصاحبة لتلك القيمة ويجسدها.

إن المتأمل في نموذج "دائرة الشجاعة" يدرك العمق في مكوناتها الأربعة: الانتماء، والاستقلالية، والإتقان، والكرم. كما يدرك ترابطها في حياة أطفالنا وحاجتنا كأولياء أمور أن نتأمل هذا النموذج القادم من ثقافة مغايرة لثقافتنا، ولكنه نموذج يحمل في طياته حاجات إنسانية أساسية نحتاجها في جميع سياقاتنا وعلى اختلاف ثقافاتنا.

## وختاماً رسالة نموذج "دائرة الشجاعة" يتمثل بالسؤال الآتي:

### ما هو حال "دائرة الشجاعة" في حياة طفلي؟

لمزيد من الاطلاع:

عبد الحق، إيمان، وعابد، مجدي، وإبراهيم، لينا. (٢٠١٥). ابتكار بيئات التعلم: من الميلاد وحتى الثامنة من العمر (كتاب مترجم). دار الفكر. عمان- الأردن، الطبعة الأولى.

إذ يسعى كل من أولياء الأمور والمعلمات على توفير المسابقات والتحديات "غير المحبطة" التي يقصد بها تحقيق قدر من الأداء الأعلى المحفز المنسجم مع القدرة على الإنجاز. كما أن محك الارتقاء بالكفاءة الذاتية يتجسد بالأنشطة الفردية التي تتيح للطفل أن يقارن بإنجازه الحالي بإنجازه السابق بدلاً من المقارنة بإنجاز غيره الذي قد يقود الطفل إلى الإحباط.

إن من المهم في ممارساتنا الرامية لتعزيز الكفاءة الذاتية لدى أطفالنا أن نعلمهم "كيفية" أداء المهارة التي قد يغفل عنها البعض، لأنهم يتوقعون أن الطفل يعرف الآلية بصورة تلقائية دون تدريب، ومثال ذلك مهارة مسك القلم للطفل الذي يبدأ رحلته في رياض الأطفال، فهي مهارة تحتاج تدريباً موجهاً من خلال نمذجة المهارة من قبل المعلمة أولاً ثم تدريب الطفل عليها. وفي البيت كذلك فإن مهارة طي الملابس وترتيبها في خزانة الملابس تحتاج من الأم نمذجة المهارة أمام طفلها، ومن ثم إتاحة الفرصة له للتدريب عليها حتى يشعر "أنه جيد" ويمكنه تنفيذ المهمة بإتقان. إن رحلة الكفاءة الذاتية تستدعي الملاحظة الدقيقة من مقدم الرعاية والتعليق بإيجابية على منجزات أطفالنا لضمان الاستمرارية والمثابرة.

أما المكون الأخير من مكونات نموذج "دائرة الشجاعة" فيتمثل بـ **الكرم** وهو أن يشعر الفرد أن لديه ما يمكن أن يقدمه للآخرين، وأن له قيمة مضافة في حياة من حوله من خلال ما يقدمه من استجابات في المواقف المختلفة، فروح الكرم تجعل الفرد معطاء وكريماً ومهتماً ومتعاطفاً مما يجعله "يفكر بغيره". ولكي يتحقق هذا المكون لا بد من وجود متطلب أساسي سابق لدى الطفل وهو أن يكون الطفل مسيطراً بذاته على مشاعره، ومتحكماً بسلوكه من خلال مهارات التفاعل الناجح مع الآخرين. ويعتبر دور المعلمة وأولياء الأمور هاماً في هذا المكون من خلال مساعدة الطفل على إدراك مشاعره الخاصة، وتحديد بوضوح، وتسميتها من خلال كلمات تعبر عما يجول في خاطر الطفل من مشاعر، فالمعلمة التي تعرف أطفالها جيداً تدرك تفاوت هذه القدرة لديهم، وتعرف أن بعض الأطفال لا يمتلك من مفردات قاموسه اللغوي ما يعينه على التعبير بكلمات تصف مشاعره؛ فتتدخل هنا المعلمة بذكاء من خلال ترجمة تلك المشاعر ووصفها بكلمات بسيطة يسمعها الطفل ويخزنها، فتزداد فرص التعبير لدى الطفل لاحقاً إن واجهته مواقف استدعت مشاعر مشابهة.



# معلمة وأفتخر



# استخدام تطبيق إبادلت في تفعيل الشراكة الوالدية؛ لدعم تعلم الطفل في زمن الكورونا؛

أ.إيمان شعار - معلمة البرنامج العربي

## كيف وظفت إبادلت؟

قمت بتوظيف إبادلت بعدة طرق على مدار العام الدراسي وفقاً للأهداف المخطط لها ومهام العمل، منها:

- الإعلان عن الدراسات الجديدة المطبقة.
- مشاركة أولياء الأمور بالعديد من الأنشطة الإثرائية لدعم تعلم الطفل في البيت.
- تجميع الأنشطة المنزلية التي يقوم الأطفال بتطبيقها في البيت مع والديهم وذويهم؛ لتكون بمثابة ملف إنجاز للطفل تحتفظ بأعماله ومشاركاته المختلفة.
- جلسات العصف الذهني اليومية مع الأطفال خلال عرض مشاركاتهم على الشاشة في الصف لمناقشتها، وطرح الآراء وكتابة التعليقات، لتنمية مهارات التفكير والحوار والعرض والمناقشة.
- عرض صور وفيديوهات لأنشطة الخبرات المدهشة والاحتفال بالتعلم.
- الحصول على فيديوهات وصور لجميع أطفال المركز لاستخدامها في إعداد فيديوهات التهنئة في المناسبات المختلفة. **اضغط هنا للاطلاع على إبادلت تهنئة أطفال المركز بشهر رمضان المبارك.**

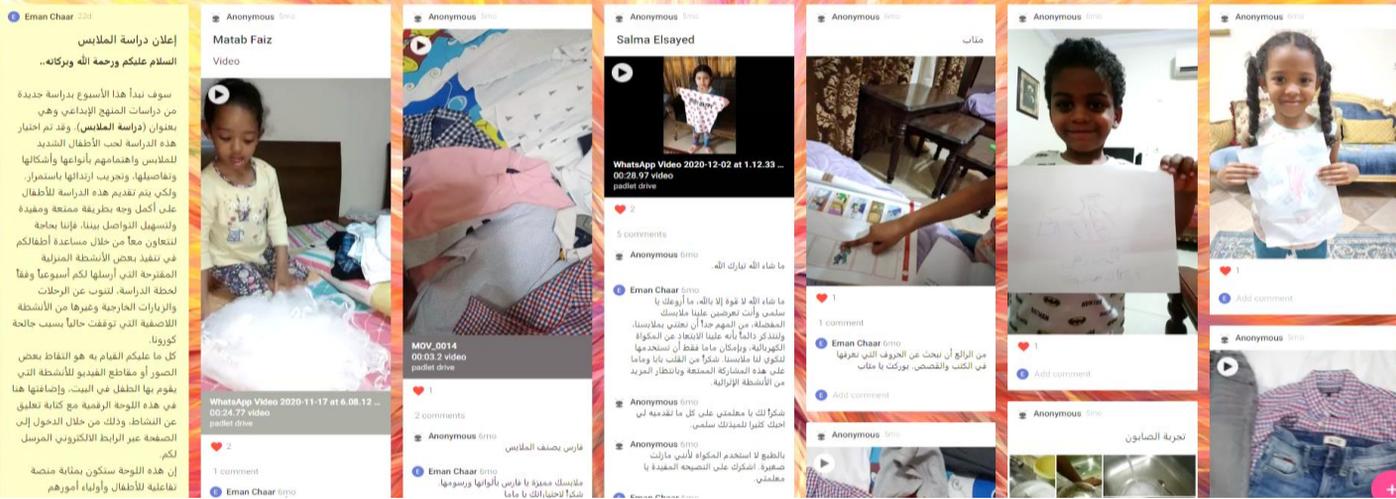


سأتحدث اليوم عن تجربتي كمعلمة في مركز الطفولة المبكرة عن التواصل مع أولياء الأمور في ظل جائحة كورونا بطريقة مبتكرة ومميزة، من خلال استخدام أحد التطبيقات التكنولوجية الحديثة.

لقد كان التواصل مع الأطفال وأولياء أمورهم خلال هذا العام مختلفاً تماماً عن الأعوام السابقة، حيث لم يكن بإمكانني تبادل أي مطبوعات، أو رسائل، أو أدوات، أو وسائل مختلفة معهم؛ حفاظاً على صحتنا وسلامتنا جميعاً. مما جعلني أقوم بالبحث والاطلاع على أحدث التطبيقات التكنولوجية التي من شأنها مساعدتي في التواصل والشراكة مع أولياء الأمور والأطفال بطريقة سهلة وممتعة لكلا الطرفين من أجل دعم نمو وتعلم الطفل، حتى توصلت إلى تطبيق ممتع وسهل ويحقق الهدف المنشود. إنه تطبيق "إبادلت" والذي تعرفت عليه للمرة الأولى من خلال حضوري لورشة عمل عن بعد نظمها مركز التعلم والتعليم بجامعة قطر في صيف ٢٠٢٠ وكانت عن استخدام إبادلت في التعليم على مستوى طلاب الجامعة. ثم في بداية الفصل خريف ٢٠٢٠ حضرت ورشة عمل أخرى عن بعد بعنوان: تطبيقات إبادلت في الطفولة المبكرة والتي نظمها مركز الطفولة المبكرة لمعلماته، وقدمتها الدكتورة ديالا حميدي - أستاذة الطفولة المبكرة بكلية التربية. وهنا أدركت أنني وجدت الكنز الذي طالما بحثت عنه، فقررت استخدام تطبيق إبادلت كوسيلة تواصل وشراكة مع أولياء الأمور والأطفال خلال تطبيق دراسات المنهج الإبداعي لدعم مفاهيم الدراسة على مدار العام.

## ما هو إبادلت؟

لوحة رقمية (منصة تفاعلية) تجمع المعلمة والأطفال وأولياء الأمور، يمكن استخدامها بسهولة من خلال أجهزة الحاسوب أو الهواتف المحمولة. تتيح للمعلمة إنشاء لوحات جدارية افتراضية وفقاً للموضوعات والمفاهيم التي تقوم بتدريسها للأطفال، مع اختيار الخلفيات الجذابة المرتبطة بموضوع الدراسة، ومن ثم تسمح لأطفالها بمشاركة الأنشطة التعليمية على هيئة ملفات PDF، أو PowerPoint، أو Word، أو صور، أو فيديو، أو روابط من اليوتيوب، وفقاً لخطة الدراسة، مع إمكانية مشاركة رابط إبادلت بسهولة مع أولياء الأمور لتبادل المشاركات، والاطلاع عليها في أي وقت وكتابة التعليقات المناسبة.



## ما أثر استخدام البادلت على دعم نمو وتعلم الطفل؟

- إكساب الطفل مفاهيم ومهارات وقيم مرتبطة بشتى المجالات.
- تطور مهارات التحدث والتعبير والنطق للحروف والكلمات لديه.
- دعم الثقة بالنفس والتغلب على مشكلة الخجل، خصوصاً لدى الأطفال الذين شاركوا بشكل فعّال.
- تطور مهارات العضلات الدقيقة كالرسم والكتابة.
- ظهور مواهب كامنة عند الأطفال لم تظهر كما يجب في الصف.
- دمج التعلم في المركز مع البيت بصورة مبتكرة.
- تفعيل دور أولياء الأمور، وإشراكهم في دعم نمو وتعلم أطفالهم بصورة إيجابية.
- اكتساب مهارات التواصل الإيجابي الفعّال بين الأطفال.
- التآلف بين الطفل والتكنولوجيا بطريقة سهلة ومحبة.

لقد بلغ إجمالي عدد المشاركات في البادلت الأول خلال الفصل الدراسي خريف ٢٠٢٠ إلى ١٤ مشاركة بعد جهد وإصرار على الاستمرار بالتطبيق. وخلال الفصل الدراسي ربيع ٢٠٢١ انتقلنا للتعلم عن بعد، فتم اعتماد استخدام تطبيق البادلت في التواصل مع الأطفال وأولياء أمورهم بصورة أساسية، وعمّم على جميع المعلمات من قبل منسقات المركز رسمياً لدعم مفاهيم الدراسة المطبقة. فتجاوز عدد مشاركات الأطفال والمعلمات في البادلت الأخير ٨٠ مشاركة، الأمر الذي جعلني أشعر بالفخر والإنجاز لتحقيق أهدافي كما أردت رغم كل التحديات والصعوبات التي واجهتني في بداية التطبيق.

## ما الخطوات التي قمت بها للبدء باستخدام البادلت؟ وما التحديات التي واجهتني؟

بداية اطلعت على دليل استخدامه كعلاقة، والنماذج المتوفرة منه لاختيار الأنسب والأسهل. ثم قمت بإرسال بريد الكتروني لأولياء الأمور لأعلمهم بألية التواصل الجديدة معهم خلال تطبيق أنشطة المنهج للاطلاع على أنشطة الأطفال المنزلية، حيث وضحت لهم فكرة التطبيق، وأهميته، وتأثيره الإيجابي على تعلم الأطفال، وآلية استخدامه، ليكون حلقة الوصل فيما بيننا (المعلمة، الطفل، أولياء الأمور).

مرّ الأسبوع الأول كاملاً دون أي تفاعل من الأهالي، فربما أن الفكرة لم تتوضح جيداً لهم، ولذلك قمت بإرسال رسالة جديدة أكثر تفصيلاً عن البادلت ودعوتهم لتجربته في التواصل.

في الأسبوع الثاني كنا نجري مقابلات شخصية مع الأمهات لمناقشة تطور الطفل، فاعتنمت الفرصة لتعريف الأمهات به خلال اللقاء عن قرب، وطلبت منهم البدء بمشاركة أي صورة كتجربة.

في الأسبوع الثالث كتبت في رسالتي الأسبوعية لأولياء الأمور مجموعة من الأنشطة المنزلية المرتبطة بمفاهيم الأسبوع للمشاركة بها على البادلت، وبادرت برفع أول مشاركة عليه لصورة نشاط اجتماعي في الفصل، وهنا بدأ يظهر اهتمام أولياء الأمور بتطبيق الأنشطة الإثرائية مع أطفالهم في البيت وتصويرهم ومشاركتني بالفيديو والصور.

لقد كانت فرحتي لا توصف عندما وجدت لوحة البادلت قد ملئت بالمشاركات للمرة الأولى بعد مرور ٣ أسابيع على استخدامه، وهنا شعرت بأنني قد حققت نجاحاً باهراً.

ولتنمية مهارات الأطفال في التفكير والحوار والمناقشة، خصصت فترة زمنية قصيرة مدتها دقائق يومية في نهاية البرنامج اليومي؛ لعرض لوحة البادلت على الأطفال لمشاهدة مشاركاتهم أولاً بأول، ومناقشتها وتبادل الأفكار والآراء، ونشجيعهم على التحدث والتعبير عما قاموا به، وهو ما زاد من اهتمام الأطفال بالمشاركة المستمرة، وأكسبهم مشاعر الفخر والاعتزاز بالعمل والثقة بالنفس.



# رحلتي في كتابة قصص الأطفال

ك. هالة أبو سعد - معلمة البرنامج الإنجليزي

لقد اخترت معالجة موضوعات صعبة، مثل متلازمة داون والاكئاب، وداء الزهايمر الذي يصيب الأشخاص الأكبر سناً، لأنني أرى أنه من المهم بالنسبة للطفل أن يستشعر روح التعاطف والقدرة على التواصل مع الآخر، وتقبل الاختلاف، والتعاضد مع عالم الواقع غير المثالي منذ نعومة أظفاره. فنسجت على شخص أنجي حكايات تعين النشء على تطوير أساليب الوعي الذاتي، وتقبل الذات، والتأقلم، والسلام النفسي. فالحياة صعبة، نعم، وهذه حقيقة لا مفر منها! وأحببنا سيرحلون يوماً ما، وأصدقائنا سيجيئون ويذهبون، وحتماً سنقابل أناساً مختلفين، وستتغير علاقاتنا، وسنصاب بالصددمات. وهنا بدأت أتخيل كيف واجهت أنجي كل موقف من تلك المواقف الصعبة، وعبرت عن ذلك بقلمني، لأنني أريد أن ينمي الأطفال مهاراتهم، فتعنيهم على مواجهة ما يستجد أمامهم من تحديات، مع ما يملكون من مشاعر الرفق والتفهم والعاطفة الجياشة، بدلاً من التسرع في إصدار أحكامهم على الآخر والتعامل بهلع.

زارني الحظ منذ ٣ سنوات لأعمل كمعلمة رياض أطفال في مركز الطفولة المبكرة بجامعة قطر، حيث الأجواء السحرية في العمل مع الأطفال والذي لا يشبه أي عمل آخر. أقول ذلك لأن الأطفال ببساطة يفاجئوني بتصرفاتهم و ردات فعلهم الخارجة عن المألوف، والتي إن دلّت على شيء فهي تدل على البراعة، الصدق، العفوية، والذكاء. إنني أتعلم منهم كل يوم، وأطور من مهاراتي في التعامل معهم، والذي على الرغم من أنه ظاهرياً يبدو سهلاً، إلا أنه في واقع الأمر صعباً، ويتطلب الكثير من الصبر والابتكار.

يأتي عملي انسجماً مع كتابة قصص الأطفال، وكلاهما ينصب في مجال الطفولة، وتربية الجيل الناشئ، وغرز القيم والمبادئ، وتشجيعه لينطلق ويعطي أفضل ما عنده.

اعتدت منذ صغري على الاستماع لقصص مشوقة من أمي رحمها الله، والتي كان لديها حب للأطفال إضافة إلى الخيال الخصب الذي وهبها الله إياه، وتمتعها بمخزون ثري من الحصيلة اللغوية؛ مما شجعها على تأليف قصص الأطفال، وتم إصدار أول قصة لها في عام ٢٠١٥.

في عام ٢٠١٦ توفيت ابنة أختي أنجيلاً إثر حادث أليم، فقررت أن أبدأ رحلتي في كتابة **"سلسلة حكايات أنجي"** بكثير من الأمل وفي أن معاً؛ بهدف تكريم روح أنجي التي رحلت عن عالمنا عن عمر لم يتجاوز الثامنة عشر عاماً، غير أن حياتها القصيرة كانت تحمل الكثير والكثير من المعاني الملهمة.

كانت أنجي فتاة أصيلة وطيبة ومحبة للجميع. ترعرعت على شغف التعلم وتطوير الذات، حتى نضجت وصارت إنسانة عازمة على التغيير، وقادرة على أن تخطو بثبات نحو تحقيق ذاتها، ومساعدة الآخرين.

ولكوني معلمة، كان لدي إيمان راسخ وعميق بأن القصص قادرة على تشكيل شخصية الطفل، وتعليمه دروساً نافعة في كل مراحل حياته.





# ضييف العدد

حوار مع الدكتور محروس سليمان

أ. إيمان شعار



# صناعة الطفل الموهوب

د. محروس سليمان - مستشار تربوي ومدرب مهارات تفكير

ويمكن أن نلخص الفكرة في أن الموهبة تتكون من شق موروث يتمثل في استعدادات كامنة لدى الفرد تستثار وتستغل عندما تجد الظروف البيئية المناسبة أي ما يمثل الجزء المكتسب. فهي بهذا المعنى تخضع لمفهوم الوراثة والبيئة، حيث إن الموهوبين لا يورثون عناصر الموهبة لأنبائهم وإنما يعملون على تهيئة الظروف المناسبة التي تعمل على توجيه واستغلال هذه المواهب.

## هل يمكن صناعة الموهبة لدى الأطفال؟ كيف؟

يولد كل طفل وبداخله موهبة خاصة على الأقل، ولكن للأسف معظم الأطفال لا يتم اكتشاف مواهبهم إلى أن يجتاز الطفل مرحلة الطفولة المبكرة، حيث لا يرغب الطفل في تنمية الموهبة. ومن هنا نؤكد على أن رعاية الطفل الموهوب والعناية به تبدأ مبكراً من مرحلتها الحمل والرضاعة، حيث اهتمام الأم بغذائها الصحي وكذلك الجانب النفسي والعاطفي والعقلي.

وهناك مجموعة من الخطوات الهامة لصناعة الطفل الموهوب يجب أن تركز على رؤية واضحة من قبل الأسرة، والتي تبدأ بمرحلة الاكتشاف من خلال الملاحظة، ومحاضن التجريب والمقاييس، ثم مرحلة الصقل المعرفي والمهاري والسلوكي مروراً بمرحلة التطوير والتنمية، وذلك في بيئة صحية فكرية وجدانية سليمة تشمل البيت، والمدرسة، ومؤسسات المجتمع المختلفة.



## ما المقصود بالموهبة؟ وما الفرق بين الموهبة، الذكاء، الإبداع والعبقرية؟

الحقيقة أن هناك الكثير من التعريفات التي تعنى بالموهبة، وهي كلمة مشتقة من الفعل وهب؛ أي: أعطى بلا مقابل، والهيئة: هي الهدية، وقد عرفها اللغويون: قدرة استثنائية أو استعداداً فطرياً غير عادي لدى الفرد للبراعة في فن أو نحوه.

## ويمكن تعريفها بطريقة مبسطة على أنها: إظهار تفوقاً مستمراً في أدائه في مجال له قيمة.

وبالتالي فإن الطفل الموهوب هو من لديه القدرة على تحقيق إنجازات غير عادية في منطقة واحدة على الأقل، مثل: الفن، والعلوم، واللغة، والرياضيات، والرياضة، والقيادة وغيرها من المجالات المختلفة.

لا شك أن الفرق بين كل من الموهبة والذكاء والإبداع والعبقرية من القضايا التي تناولها العلماء بكثير من البحث والدراسة، وتعتبر العلاقة بينهم متداخلة ومتشابكة إلى حد كبير وبشكل عام فإن كلا من الموهبة والذكاء قدرات فطرية ينتج عنهما ما يمثل الإبداع والعبقرية.

وتؤكد الدراسات الحديثة أن الموهبة ذات صلة بالذكاء، وأن أصحاب المواهب أناس توافرت لهم ظروف بيئية ساعدت على إنماء ما لديهم من طاقة عقلية، وتمايزها في اتجاه الموهبة، وأن نجاح الفرد يؤثر لديه قدرأ مناسباً من الدافعية للمثابرة والدأب، وهذا بحد ذاته يحقق للفرد أداءً متميزاً في المجال الذي برزت موهبته فيه حتى ينتج منتجاً إبداعياً، حيث أن الموهبة استعداد فطري طبيعي، والإبداع هو كيفية إخراج الموهبة إلى حيز الوجود ويصل بعد ذلك إلى مرحلة العبقرية أو النبوغ.

## هل الموهبة عند الطفل موروث أم مكتسبة؟

في البداية يجب أن أوضح أن هناك جدل واسع بين المتخصصين حول هذا الموضوع، وأستطيع أن أقول أن الاستعداد الفطري يعمل دوراً كبيراً في هذا الأمر، مع عدم اغفال دور البيئة في تنمية المواهب لدى الأبناء،



### ما المؤشرات والدلالات على أن طفلي موهوب؟

هناك مؤشرات عديدة يتميز بها الطفل الموهوب، منها على سبيل المثال لا الحصر يقظة غير عادية و حاجة أقل إلى النوم في الطفولة المبكرة، كذلك حيّز انتباه طويل ومستوى نشاط عالي وتعرف مبكر إلى من يرعونه والابتسام لهم، أيضا يمكن أن يتميز بتقدم مبكر خلال مراحل النمو، وذاكرة استثنائية خاصة مع الأسماء والأرقام. بالإضافة إلى سرعة في التعلم فيما يخص ما يحب والاستمتاع به، ونمو لغوي كبير ومبكر، وعلاوة على ذلك الفضول الشديد، والخيال الخصب والتركيز الشديد وكذلك الاعتماد على النفس.

### كيف أتعامل مع الطفل الموهوب وأنمي قدراته؟

يجب أن ندرك جميعا أننا في حاجة ماسة إلى الموهوبين في المجالات المختلفة، والدول المتقدمة تضع هذا الأمر على جدول أولوياتها، بل وترصد له جانب ليس بالقليل من ميزانيتها من أجل توفير المناشط والبيئة المناسبة لصقل هذه المواهب، وتبدأ هذه المهمة الحيوية من الأسرة التي يجب أن تتحلى بالوعي والمعرفة التي تتناسب وصقل هذه الموهبة، وقد ذكرت في كتابي "دليل الآباء في تنمية عقول الأبناء" مجموعة من الأنشطة المناسبة لهم، وكذلك البرامج التي تعمل على تنمية قدراتهم. كما تشمل هذه البرامج الرعاية الصحية والغذائية والنفسية والوجدانية والعقلية والاجتماعية.

ولا شك أن المؤسسات التعليمية المختلفة عليها دور هام جدا في رعاية الموهوبين من خلال توفير الأنشطة الصفية، واللاصفية، والبيئة المناسبة، لاستثارة قدراتهم وتوجيهها بشكل إنتاجي إيجابي، ولا نغفل دور المجتمع والاعلام في نشر الوعي بين الأفراد والمؤسسات.

### ما دور الشراكة بين الروضة والبيت؟

يجب أن ندرك الدور التشاركي الفاعل بين الروضة والبيت في رعاية الطفل الموهوب وذلك في كل المراحل بداية من الاكتشاف حيث أن تعرف الموهبة لدى الأطفال ليس بالضرورة أمراً سهلاً فالاكتشاف يمكن أن يكون صعبا في الروضة أحيانا بالنظر إلى أن بعض الأطفال يمتنعون عن إظهار مواهبهم أمام الآخرين، وقد تكتشف المواهب في المناشط المختلفة مثل الرحلات أو الممارسات داخل المدرسة أو في الأندية العلمية والرياضية والفنية. وكذلك أستطيع أن أقول بأن الأسرة يمكن أن تخفق في الكشف عن موهبة طفلها وتعرف قدراته وإتجاهاته، وعليه يجب التعاون والمشاركة بين الجانبين والتنسيق بشكل كامل منذ الاكتشاف إلى النبوغ والانتاج الإبداعي.



# مواهب بلا حدود

أ. هالة أبو سعد

# مواهب تخرجت من مركز الطفولة المبكرة

يسعى مركز الطفولة المبكرة في جامعة قطر إلى التواصل المستمر مع خريجه بعد التخرج، ومشاركتهم الاحتفال بإنجازاتهم وتميزهم، إضافة إلى مد جسور التواصل بين الخريجين أنفسهم، وتكوين صداقات طالما أن هناك الكثير من القواسم المشتركة.

نسلط الضوء في هذه الفقرة على مواهب تخرجت من مركز الطفولة المبكرة، وفي هذا السياق استضفنا ثلاثة من أطفالنا الخريجين الرائعين، في لقاء تفاعلي عبر زوم؛ لتتعرف عن قرب على مواهبهم ونجاحاتهم، وهم:

## زين حاتم الخمرة & يوسف عبد العزيز الجفيري & نيل علي محمد

كان اللقاء قيماً وظيفياً حيث سُوِّد الأطفال بلقائهم التعارفي عن بعد، وتحمَّسوا لمشاركة مواهبهم خاصة أن يوسف وزين قد درسا معاً في نفس الصف، وتخرَّجا بنفس الدفعة عام ٢٠١٦ مما جعل اللقاء بعد سنوات جميلاً جداً. فكلُّ من أطفالنا الثلاثة المميزين إنجازاته التي يسعدنا تسليط الضوء عليها والاشادة بها.



### زين حاتم الخمرة من الأردن العمر: ١٠ سنوات

- متفوقة أكاديمياً في المدرسة في جميع المواد.
- تمتلك شخصية اجتماعية، وطلاقة لغوية، وفصاحة في اللسان؛ الأمر الذي ساعدها على تطوير مهاراتها في تلاوة القرآن وحفظ أجزاء منه بفضل الله.
- حصلت على إجازة في تلاوة القرآن الكريم، حيث قرأت ختماً كاملاً للقرآن الكريم بالضبط والإتقان على رواية حفص عن عاصم عن طريق الشاطبية.
- لديها مهارات وقدرات حركية على مستوى عالي، مما جعلها تمارس لعبة كرة السلة بانتظام منذ ٢٠١٨، وتشارك ببطولات محلية.
- من هواياتها: المطالعة والقراءة والسباحة وتركيب الليغو.
- منذ سنتين بدأت تشارك في مسابقات الروبوت والبرمجة، وطورت مهاراتها في هذا المجال، حيث تم اختيارها في المدرسة للانضمام لفريق STEM.





### يوسف عبد العزيز الجفيري من قطر العمر: ١٠ سنوات

- يتميز يوسف بصوته الجهوري، ومهاراته في الكلام، والتحدث بجرأة وثقة أمام الآخرين.
- ركز اهتمامه على تلاوة القرآن الكريم بتجويد على يد شيخ جليل، وشارك في تكبيرات العيد، ومسابقة الأذان لصوته العذب.
- شارك بعدة دورات في الفروسية، ودورات في آداب المجلس، وفي العرصة من خلال مركز نوماس.
- شارك في مسابقة عرضة أهل قطر في ٢٠١٩ على مستوى مدارس قطر، وحاز على المركز الأول.
- انضم إلى كلية الشرطة - ضباط الغد - وتم اختياره ليشترك في حفل تخريج مرشحي الدفعة الثالثة بكلية الشرطة، ونال شرف المشاركة بحضور سمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني أمير البلاد المفدى.
- فاز بالمركز الأول في مسابقة أشبال بلال رضي الله عنه للمؤذن الصغير ضمن مدرسته الأندلس الابتدائية، كما شارك في مسابقة كلمات ربي.
- من الهوايات المحببة له، وشارك بها أيضاً رياضة التنس في نادي الغرافة.



### الاسم: نيل علي العمر: ٨ سنوات

- تمارس هواية الحديث الباطني عن طريق العرائس ما يعرف باللغة الإنجليزية بـ ventriloquism.
- درست علي يد أشهر الفنانين الأمريكيين في هذا المجال أمثال جيم راسمسن.
- شاركت في عدة برامج تلفزيونية وحلت ضيفة على قنوات فضائية أهمها ضيفة في برنامج حديث القاهرة مع الإعلامي خيرى رمضان.
- زارتها مؤسسة صدى البلد في البيت، وسجلت حلقة خاصة تعرض فيها موهبتها كأصغر طفلة تتحدث من بطنها في العالم العربي.
- تتعاون الآن نيل مع مؤسسة شغف للبحث العلمي من أجل تقريب وتحبيب العلم للأطفال من خلال موهبتها المميزة.
- لديها قناتها علي اليوتيوب، والتي تتميز بمحتواها الإبداعي في استخدام العرائس والدمى بأسلوب ممتع وشيق وجذاب.



## استمتع بمشاهدة فيديو مواهب بلا حدود



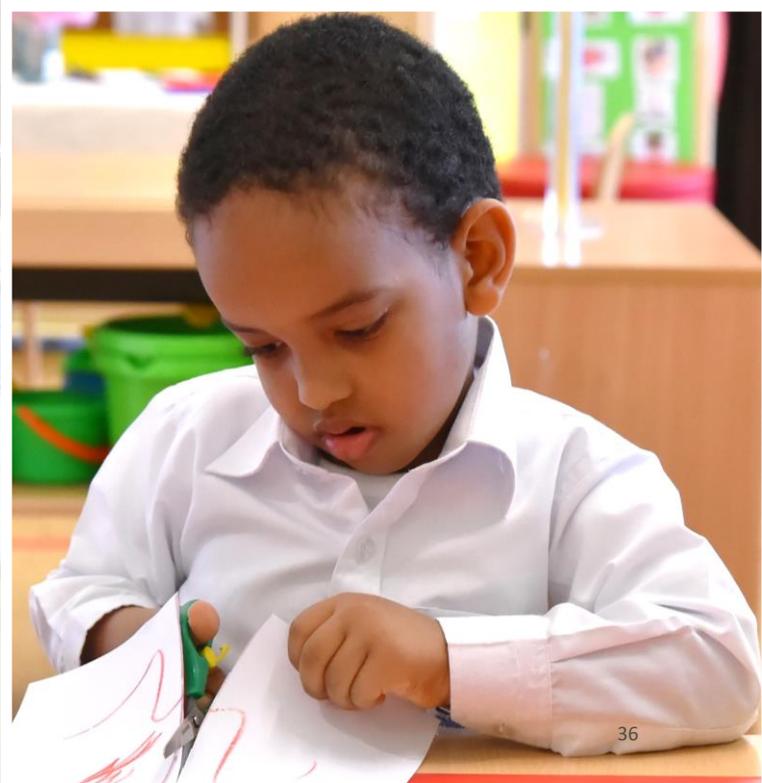
لمشاهدة الفيديو اضغط على  
الصورة، أو امسح على الرمز

**مواهب بلا حدود**  
**تخرجت من المركز**



# طفلي في الإجازة الصيفية

أ. سهيلة بده بالتعاون مع أ. سمر أبو رشيد وأ. لينا قطيش





# أنشطة فنية

تبحث الأم دوماً عن أفضل الأنشطة التي تساعد على ملء أوقات طفلها في فترة الصيف بما هو مفيد بطريقة ممتعة وبمبسطة؛ بهدف تطوير معارفه ومهاراته وقدراته. وقد اتفق جميع خبراء التربية الحديثة على أن اللعب وممارسة الأنشطة الحركية في السنوات الخمس الأولى من عمر الطفل تساعد على اكتشاف العالم من حوله، وتكسبه المعارف والخبرات المختلفة. وعليه جمعنا لك عزيزتي الأم في هذا المقال مختارات مميزة لأنشطة صيفية تشغل أوقات طفلك بالمرح والفائدة، ويمكن ممارستها داخل المنزل أو خارجه.



## فن الأوريجامي (طي الورق):

استخدمي الأوراق الملونة أو الأوراق البيضاء ودعي طفلك يلونها، ثم علميه كيفية طيها لعمل أشكال جذابة مثل الطائرات أو الصواريخ أو القوارب أو الطيور وما إلى ذلك، فهو يساعد على تنمية مهاراته اليدوية والذهنية.

## مسرح العرائس:

يمكنك صنع مسرح عرائس بسيط من الورق المقوى داخل المنزل بمساعدة أطفالك، واستخدام العرائس الصغيرة في رواية القصص، من الأفضل جعل طفلك هو من يمسك بالدمية ويروي القصة، لتشجيعه على التحدث والتعبير وتوسيع خياله وتفريغ طاقته.



## صندوق الحرف اليدوية:

وفري لطفلك صندوقاً مملوفاً بمستلزمات عديدة من أغراض المنزل مثل: خيوط ملونة، أزرار، شرائط، مقص صغير، كرات ملونة، عصي الآيس كريم، شريط لاصق، كرتون، رولات ورقية.... ودعيه يستكشفها بنفسه ويبدع بها ليصنع بيتاً للدمى، أو مضمار سباق للسيارات، أو حقيبة يد....



# أنشطة متنوعة

## حوض الاستحمام:



يمكنك تحويل حوض الاستحمام لحمام سباحة ممتع لأطفالك بخطوات بسيطة، ما عليك إلا أن تملئي حوض الاستحمام بالماء، وتضعي الصابون الآمن لعمل الفقاعات، ثم اتركي طفلك يستمتع باللعب فيه، ليتخلص من حرارة الصيف.

## تلوين حوض الاستحمام الصغير:

امزجي كمية من غسول التنظيف المخصص للأطفال، مع كمية من نشاء الذرة، وصبي الخليط في حاوية بلاستيكية منفصلة، ثم أضيفي بعض قطرات من الألوان الصناعية على الحاوية واخلطيهما جيدًا، وأحضري فرشاة طلاء كبيرة لطفلك، واجعليه يستخدمها في طلاء الحوض، أو رسم أشكال زخرفية عليه، ولا تقلقي فعند شطف الحوض سيزول هذا الطلاء.

## تعلم مبادئ الزراعة: يستمتع الطفل عندما يشاهد ثمرة ما

زرعه، وإذا كان من الصعب عليك مساعدة طفلك في زرع أي أشجار أو نباتات حول المنزل، فيمكنك إحضار أصيص زرع صغير إلى المنزل يحتوي على تربة طينية، ثم أعطي طفلك إحدى بذور النباتات المختلفة، التي تنمو سريعًا، مثل بذور الحلبة أو العدس، وعلميه كيف يعتني بها يوميًا.



## لعبة الفقاعات:

نشاط ممتع للأطفال في سن الخامسة، املئي عدة أكواب بمحلول صابون مع إضافة بضع قطرات من ألوان الطعام للحصول على فقاعات صابون ملونة.



## لعبة المضرب:

أحضري صحن بلاستيكية أو ورقية، ملاعق بلاستيكية، لاصق، وبالون.

ثبتي الملاعقة على الصحن باستخدام اللاصق لتصبح على شكل مضرب، ثم انفخي البالون واستمتعي باللعب مع طفلك بالمضرب والبالون.



# أنشطة حركية



## لعبة نقل الماء:

الأدوات: مجموعة من الأوعية، ماء

## طريقة اللعب:

- ينقسم الأخوة مع الأب و الأم لفريقيين.
- يقف الفريق في قطار، ويقومون بنقل الماء من وعاء إلى آخر بشكل عكسي دون النظر للخلف إلى أن يصل للشخص الأخير.
- يعيدون الكرة إلى أن يمتلئ دلو أحد الفريقين بالماء ليصبح الفريق الفائز.

## لعبة نقل الكرات:

الأدوات: وعاء كبير، مجموعة من الكرات متوسطة الحجم، ملعقة غرف أو مصفاة.

## طريقة اللعب:

- يقوم الطفل بنقل الكرات من وعاء إلى آخر باستخدام المصفاة أو المغرفة.
- يقوم بعد الكرات بعد نقلها.



## لعبة دحرجة الكرات:

الأدوات: أكواب ورقية، لاصق، كرة بلاستيكية ملونة.

## طريقة اللعب:

- تثبتي الأكواب على طرف الطاولة باللاصق.
- اطلبي من الطفل دحرجة الكرة من الطرف المقابل للأكواب محاولاً إدخالها في الكوب.



المصادر:

➤ <https://www.sixsistersstuff.com/50-outdoor-summer-activities-for-kids/>

➤ <https://runwildmychild.com/100-outdoor-summer-activities/>

➤ <https://whatmomslove.com/kids/active-indoor-games-activities-for-kids-to-burn-energy/>



# صحتي في صلحني

# وصفات صحية

## الحمص

وقت التحضير ٥٥ دقيقة  
مستوى الصعوبة: سهل

### المكونات والمقادير:

- كوب حب حمص مسلوق.
- ملعقة لبننة.
- فص ثوم.
- ملح.
- ٤ ملاعق طحينية.
- زيت زيتون.

### طريقة التحضير:

- اخلطي المكونات السابقة باستثناء زيت الزيتون، واضربيها بالخلاط الكهربائي حتى يصبح قوامه متماسك.
- افردي الحمص في طبق التقديم، وزينه بزيت الزيتون وحببات من الحمص.

### فوائد الحمص للأطفال:

مصدر غني بالفولات والحديد والزنك والبروتين والمنغنيز والكالسيوم، وهو ما يعادل كوب من الحليب.



## عصير الأفوكادو بالحليب والموز

وقت التحضير ٥٥ دقيقة  
مستوى الصعوبة: سهل

### المكونات والمقادير:

- حبة من الأفوكادو الناضج.
- حبتان من الموز.
- نصف كوب من اللبن الزبادي.
- ربع كوب من العسل.
- كوب ونصف من عصير البرتقال.

### طريقة التحضير:

يضاف الموز، والأفوكادو، والعسل، ولبن الزبادي ويخفق في الخلاط الكهربائي، ثم يضاف عصير البرتقال، وتخلط المكونات للحصول على قوام ناعم.

### فوائد الأفوكادو:

الأفوكادو مصدر جيد للطاقة، يحتوي على العديد من المغذيات والفيتامينات والمعادن، وهو مصدر كبير للألياف الغذائية.





# ألبوم الفعاليات

أ. لينا قطيش



- استنبات بذور متنوعة، وملاحظة مراحل نمو النبتة، والتعرف على أجزائها.
- التعرف على بعض الحيوانات التي تعيش على الأشجار عن قرب وإطعامها.



# الخبرات إلمدهشة دراسة الأشجار

- التعرف على بعض الحيوانات التي تعيش على الأشجار عن قرب وإطعامها (السلحفاة).
- استضافة ودية أمر لقراءة قصة عن الحيوانات.
- استضافة ودية أمر لتحضير كوكتيل الفواكه عن بعد.
- استضافة طفلة خريجة لعرض قصة بالدمى عن بعد.



□ قام الأطفال بابتكار تصاميم لمباني بطرق مختلفة.

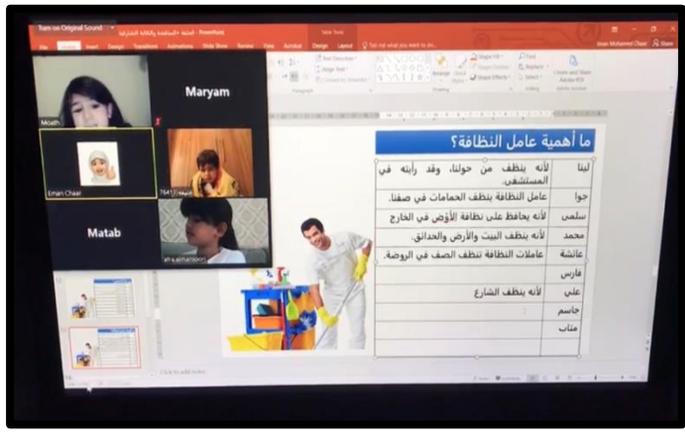


- جولة الأطفال حول مبنى المركز للتعرف عليه وعلى مرافقه، والمباني المحيطة به.
- استضافة مهندس البناء عن بعد للتعرف على كيفية بناء المباني، والأدوات المستخدمة في البناء.
- استضافة الدكتورة عائشة آل ثاني - المرشد النفسي بالمركز لتعريف الأطفال بعملها.





تم تنفيذ أنشطة هذه الدراسة كاملة عن بعد.



تم تفعيل اليوم الرياضي داخل الفصول الدراسية، مع اتخاذ كافة الإجراءات و التدابير الاحترازية. كما شارك أطفال KG2B باليوم الرياضي عن بعد عبر تيمز.

لمشاهدة الفعالية على حساب انستجرام المركز

[@qu\\_ecc](https://www.instagram.com/qu_ecc)

اضغط على



تم تفعيل اليوم الرياضي داخل الفصول الدراسية، مع اتخاذ كافة الإجراءات و التدابير الاحترازية. كما شارك أطفال KG2B باليوم الرياضي عن بعد عبر تيمز.

لمشاهدة الفعالية على حساب انستجرام المركز

[@qu\\_ecc](https://www.instagram.com/qu_ecc)

اضغط على



نظم مركز الطفولة المبكرة فعالية لنغسل أيدينا  
بعناية والتي قدمها فريق مساعدة الطوارئ الياباني  
لمشاهدة الفعالية على حساب انستجرام المركز  
[@qu\\_ecc](https://www.instagram.com/qu_ecc) اضغط على



تضمن مجموعة من الفعاليات الموجهة للأطفال والكبار بمشاركة نخبة من المختصين والمهتمين من داخل وخارج قطر عبر منصة ميكروسوفت تيمز. يمكنكم مشاهدة جميع الفعاليات على حساب انستجرام المركز

@qu\_ecc





تم جمع مقاطع فيديو لتهنئة الأطفال بشهر رمضان المبارك من خلال البادلت، للاستمتاع بمشاهدة تهنئة رمضان على حساب انستجرام

@qu\_ecc

المركز اضغط على

بادلت كلمات تهنئة بالشهر الكريم من أطفال مركز الطفولة المبكرة  
مبارك عليكم الشهر الفضيل

A collage of 24 Instagram video posts from children and families. Each post includes a video thumbnail, a caption in Arabic, and engagement metrics like likes and comments. The captions are as follows:

- Post 1:** يمان قرزل يهنئكم بحلول شهر رمضان المبارك PRE-A
- Post 2:** مريم الخالدي تبارك لكم الشهر مع اختها فاطمة
- Post 3:** خالد بدر الدين يهنئكم بقدوم الشهر الفضيل
- Post 4:** جاسم يهنئكم بشهر رمضان الكريم
- Post 5:** تهنئة صديقكم جوا ياسل شيحا KG2-B
- Post 6:** الطفلة جنى محمد رخصص تهنئكم بحلول الشهر الفضيل
- Post 7:** الطفل جنى محمد رخصص يهنئكم بحلول الشهر الفضيل
- Post 8:** حمد مداحي تهنئة شهر رمضان KG1A
- Post 9:** محمد مداحي تهنئة شهر رمضان KG1A
- Post 10:** رمضان كريم / ندى محمد الصغير KG2-A
- Post 11:** تهنئة محمد عبد الرحمن خالدي KG2-B
- Post 12:** كل عام وأنتم بحسن
- Post 13:** حمد مداحي شهر رمضان
- Post 14:** Yahya, KG1C Ramadan Kareem
- Post 15:** رمضان كريم / ندى محمد الصغير KG2-A
- Post 16:** تهنئة غزل الطراونة بقدوم شهر رمضان المبارك Pre B
- Post 17:** محمد مداحي شهر رمضان
- Post 18:** رمضان مبارك من تميم التميمي
- Post 19:** تهنئة فاطمة الملا بقدوم الشهر الفضيل Pre B
- Post 20:** yahya 00:03:64 video
- Post 21:** لبية تعمد عليكم بمناسبة رمضان
- Post 22:** تهنئة يمان قرزل Pre-A
- Post 23:** Ramadan Greeting Dear parents Assalamu alaikum
- Post 24:** تهنئة شهر رمضان المبارك أولياء الأمور الكرام السلام عليكم ورحمة الله وبركاته أيام قليلة ويهل علينا شهر رمضان



تم تفعيل الاحتفال بيوم القرنقحوه عن بعد،  
وشاركنا أولياء الأمور بصور أطفالهم خلال الاحتفال  
بهذه الليلة عبر رابط البادلت الخاص بكل فصل.

لمشاهدة الأطفال على حساب انستجرام المركز

[@qu\\_ecc](https://www.instagram.com/qu_ecc)

اضغط على



تخريج أطفال تمهيدي ٢ - دفعة ٢٠٢١ - عن بعد عبر منصة مايكروسوفت تيمز، متمنين لهم التفوق والتميز دائماً بإذن الله. لمشاهدة أجمل ذكريات خريجي KG2A على انستجرام المركز اضغط على

[@qu\\_ecc](https://www.instagram.com/qu_ecc)



## KG2 A



خالد بدرالدين



إيمان الدرهم



أكسا نيشلو



أفنان داود



راشد الدوسري



رؤى أبوبكر



سيرين علاء



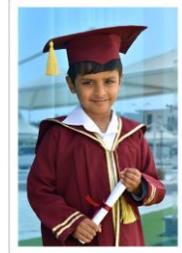
ندى الصغير



سلمى خالد



علي الجاسم



محمد بهلول



ميثا السليطي



نور ادلي



ألف مبروك التخرج - دفعة 2021

تخريج أطفال تمهيدي ٢ - دفعة ٢٠٢١ - عن بعد عبر منصة مايكروسوفت تيمز، متمنين لهم التفوق والتميز دائماً بإذن الله. لمشاهدة أجمل ذكريات خريجي KG2B على انستجرام المركز اضغط على

[@qu\\_ecc](https://www.instagram.com/qu_ecc)



## KG2 B



علي الأمين

محمد خالدي

فارس محمد

سلمى السيد

متاب الفكي

جوا شيحا

لينا عرار



الغدنانة الكواري

عمر رازا

عطية المالكى

عائشة الغانم

فهد النعيمي

نورة نايف

جاسم سويدان



ألف مبروك التخرج - دفعة 2021

يدعوكم أطفال مركز الطفولة المبكرة  
بكلية التربية - جامعة قطر

لحضور حفل  
التخرج الافتراضي 2020-2021

الأربعاء، 5 مايو 2021  
12 - 1 ظهراً



