



VOLUME #168
تعليم طفلك مهارات حياتية

VIRTUAL CHILDCARE
PARENT SUPPORT
SERVICES

مرحباً أيها الآباء والأمهات،

تعليم طفلك مهارات الحياة الأساسية تبدأ في سن مبكرة ويستفيد منها طوال حياته. تعتبر المهارات البسيطة مثل إعداد وجبة طعام، غسل الغسيل، ربط أربطة الأحذية ضرورية لنجاح الحياة اليومية. عندما يتقن طفلك مهارات حياتية بسيطة، فهو يبني ثقته بنفسه لإكمال مهام أكبر. في هذه النشرة، سوف يتم تزويدك بأنشطة تفاعلية من شأنها تعليم طفلك المهارات الحياتية، بينما يستمتع.

الأنشطة:

الأطفال من (٣ أشهر-١٨ شهراً)

وقت الإستحمام!

المواد:

منشفة صغيرة

التعليمات:

حضر الحمام لطفلك.

ضع طفلك في الحمام وإبدأ في غسله.

علّق على ما تفعله، على سبيل المثال، يمكنك القول: "أنا أغسل شعرك بالشامبو".

أعط طفلك منشفة، ضع يدك فوق يده أثناء غسل جسمه. لاحظ طفلك وهو يقوم بتقليدك ويغسل نفسه.

[إضغط هنا](#) للإستماع إلى "Bath Song".

الأطفال من (١٩ شهراً - ٢.٥ سنة)

إرتداء الملابس

المواد:

ملابس طفلك

التعليمات:

في الصباح أطلب من طفلك أن يختار ملابسه لهذا اليوم.

اختر بعض الملابس وإسأل طفلك عما يود ارتداؤه. قد يتمكن طفلك من إخبارك، أو قد يشير إلى الملابس.

بعد أن يختار طفلك ملابسه، ساعده على خلع ملابس النوم.

يمكنك مساعدة طفلك على ارتداء ملابسه أو إجراء بعض التعديلات إذا لزم الأمر.

[إضغط هنا](#) للإستماع إلى "This is The Way I Get Dressed By Myself".

الأطفال من (٢.٥-٥ سنوات)

لعبة إعداد الطاولة

المواد:

ورق

ماركرز

قلم رصاص

مقص

صحون، أكواب، شوكة سكاكين ملاعق

التعليمات:

[إضغط هنا](#) وهنا لرؤية القرص والمفرش الذي يوضع تحت الطبق، يمكنك طباعتهم أو رسمهم.

ضع المفارش على الطاولة حيث سيجلس اللاعبون.

ضع كل الأطباق والأكواب والشوك والملاعق والسكاكين في منتصف الطاولة.

تناوبوا في برم القرص لتحديد الشيء الذي سيضعه اللاعب على المفرش.

من مملأ المفرش بالأطباق والأكواب والملاعق والشوك والسكاكين أولاً، يفوز باللعبة.

[إضغط هنا](#) للمزيد من الأنشطة.

الأطفال من (٤-٦ سنوات)

ربط أربطة الحذاء

المواد:

أحذية مع أربطة

التعليمات:

[إضغط هنا](#) للإستماع إلى "Tying Shoe Laces Song" لتتعلم كيفية ربط أربطة الأحذية.

أطلب من طفلك إحضار حذاء مع رباط.

إتبع الخطوات الموجودة في الفيديو، ودع طفلك يتدرب على ربط الأربطة حتى يتقن هذه المهارة الحياتية.

[إضغط هنا](#) لتتعلم مهارة الزراعة.

الأطفال من (٦-١٢ سنة)

يوم الغسيل

المواد:

ملابس للغسيل

مسحوق الغسيل

سلة الغسيل

التعليمات:

يوم الغسيل! أحضر سلال الغسيل المتسخ إلى غرفة الغسيل.

إبدأ بفرز الغسيل إلى ثلاثة أكواب: أبيض، داكن، ملون. تأكد من قراءة كل ملصق لمعرفة كيفية غسله وتجفيفه.

إذا كانت الكومة التي قمت بفرزها كبيرة، إقسّمها إلى قسمين حتى لا تضع الكثير من الملابس داخل الغسالة في وقت واحد.

لتبدأ في غسل كل كومة، ضع الغسيل في الغسالة. بمساعدة والديك، قم بقياس الكمية المطلوبة من مسحوق الغسيل الذي ستحتاجه الكومة.

بعد الإنتهاء من غسلهم، ضعهم في النشافة.

بمجرد الإنتهاء من غسل وتجفيف جميع الملابس، قم بطيها ووضعها وفقاً لأفراد الأسرة، على سبيل المثال، ملابس الأم، ملابس الأب، ملابس الأخت، وما إلى ذلك.

عند الإنتهاء من طي الملابس، قم بإجراء سباق مع أفراد عائلتك لمعرفة من الذي سيضع الملابس في المكان المخصص لها بوقت أسرع.

[إضغط هنا](#) لتتعلم كيفية طي الملابس بإستخدام تقنيات ماري كوندو.

نصيحة اليوم:

علم طفلك كيفية إدارة الوقت. على سبيل المثال، يمكنك تزويده بمنبه ليستخدمه بشكل يومي. أخذ القرار مهارة مهمة وأساسية للتعلم، يمكنك تعليم طفلك هذا من خلال مطالبته بالإختيار بين لعبتين أو قطعتين مختلفتين من الملابس. علم طفلك إدارة أمواله، أعط طفلك مبلغاً معيناً من المال كل أسبوع، إذا كان يرغب في شراء شيء ما، أطلب منه توفير أمواله لشراؤه. يمكنك تحفيز طفلك على القيام بذلك بإستخدام الحصالة أو جرة التوفير. شجع طفلك على مساعدتك في إعداد وجبات بسيطة، يمكن الطهي معاً، أو إعداد المائدة لتناول وجبة عائلية.

