فسحات
للعب

لحظات اللعب اليومية

لا تحتاج إلى مساحة كبيرة أو خطة مثالية للعب مع طفلك. فاللعب يمكن أن يكون حاضرًا في اللحظات الصغيرة التي تتشاركونها خلال اليوم. يقدّم هذا القسم أفكارًا بسيطة وممتعة لاستراحات لعب تناسب روتينكم اليومي، في الصباح وأوقات الوجبات وأثناء الانتظار وقبل النوم وغيرها.



وجوه الصباح

(روتين الصباح)

تبادلا التحية صباحًا بالتعبير المضحك أو العاطفي نفسه. ويمكنكما اختياره في الليلة السابقة، مثل: "غدًا سنقلّد سلحفاة نعسانة تستيقظ".

لماذا يساعد؟

يعزز التواصل العاطفي ويضفي أجواء إيجابية على بداية اليوم.

نصيحة للتواصل

دع طفلك يختار تعبير الوجه لليوم التالي.

🕐 1-2 دقيقة

وقت اللعب اليومي



أرشدني إلى الطريق

أثناء السير في طريق مألوف، مثل الطريق إلى السيارة أو الحديقة، دع طفلك يكون "نظام تحديد المواقع GPS". يطلب منك الانعطاف يمينًا أو يسارًا، أو التوقّف، أو الانطلاق "بسرعة فائقة".

لماذا يساعد؟

يعزز الثقة واتخاذ القرار من خلال منح الطفل دور القيادة، كما ينمّي الوعي المكاني ومهارات تحديد الاتجاهات.

نصيحة للتواصل

إذا قادك عمدًا في الاتجاه "الخاطئ"، اتبعه لبضع خطوات، فالمرح المشترك أهم من الوجهة.

🕐 2-3 دقيقة

وقت اللعب اليومي



مفاجأة في الحقيبة

ضع ملاحظة مرحة صغيرة أو رسمة أو تحديًا ليجده طفلك في حقيبته المدرسية أو في مكان آخر، مثل داخل حذائه أو تحت وسادته أو طبقه عند الإفطار أو في جيب سترته.

لماذا يساعد؟

يعزز التواصل العاطفي على مدار اليوم.

نصيحة للتواصل

شجع طفلك على مفاجأتك في المرة المقبلة.

2-3 دقيقة

وقت اللعب اليومي



الكرة الخفيّة

تظاهرا برمي كرة خفية والتقاطها مع تغيير حجمها أو وزنها.

لماذا يساعد؟

يشجّع على الخيال والتعاون.

نصيحة للتواصل

دع طفلك يغيّر قواعد اللعبة.

2-5 دقيقة

وقت اللعب اليومي

من أنا؟



أخفِ لعبة صغيرة خلف ظهرك وصِفها باستخدام بعض التلميحات، وعلى طفلك تخمين اللعبة.

لماذا يساعد؟

ينمّي مهارات الاستماع والتفكير.

نصيحة للتواصل

تبادلا دوري الوصف والتخمين.

10-5 دقيقة

وقت اللعب اليومي

كن ساحرًا



أمسك مغرفة معدنية من المقبض تحت ذراعك، بحيث يكون جانبها المستدير مواجهًا للجمهور. ثبّتها برفق بأطراف أصابعك، ثم اتركها تدريجيًا وحرّك يديك حولها لتوهم المشاهدين بأن كرة معدنية تطفو في الهواء من دون أي دعم.

لماذا يساعد؟

يساعد أداء خدعة أمام الآخرين الأطفال على الشعور بالفخر بأنفسهم والارتياح عند الظهور والتحدّث أمام الآخرين، ما يعزز الثقة ومهارات التواصل.

نصيحة للتواصل

حافظ على أجواء خفيفة ومرحة بدل التركيز على الأداء، وامدح الجهد وليس النجاح فقط.

15-10 دقيقة

وقت اللعب اليومي



قصص أثناء المشي

ابتكرا قصة معًا أثناء المشي، جملة تلو الأخرى، وتناوبا على متابعة أحداثها. مثلًا: "ذلك الكلب الذي رأيناه هو في الحقيقة محقق..." "...يبحث عن قطعة بسكويت مفقودة".

لماذا يساعد؟

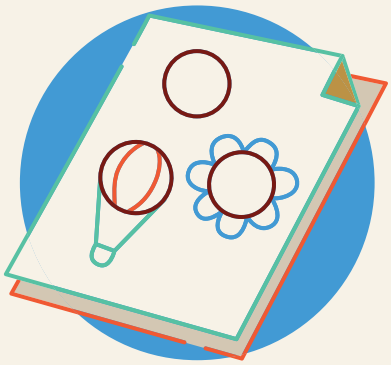
يدعم الخيال ويشجّع على تبادل الأدوار.

نصيحة للتواصل

دع القصة تتطور في الاتجاه الذي يختاره طفلك.

10-5 دقيقة

وقت اللعب اليومي



كن مبدعًا!

ارسم من 3 إلى 5 دوائر متطابقة على ورقة بيضاء كبيرة، وتحدَّ طفلك ليحوّل كل دائرة إلى شيء مختلف باستخدام أقلام التلوين، مثل وجوه مختلفة أو فواكه كالبرتقال أو أشياء مثل البالون أو الساعة.

لماذا يساعد؟

يعزز التفكير المتشعّب ويعلّم الأطفال أن نقطة بداية واحدة يمكن أن تقود إلى إمكانات لا حصر لها.

نصيحة للتواصل

يمكنك بدء الرسمة للأطفال الصغار، كإضافة أذني دب أو أوراق زهرة، ثم دعهم يكملون التلوين.

15-10 دقيقة

وقت اللعب اليومي