

مساعدة طفلي على التعلّم من خلال اللعب: من عمر صفر إلى ٣ أشهر

اللمس، الحركة، الشمّ، الذوق، السمع، البصر.
يتعلّم طفلك بشكل سريع. هو بحاجة إلى مساعدتك وارشادك

كيف يستفيد طفلي من اللعب؟

أفكار للعب

مساعدة طفلي على التعلّم من خلال التفاعل

- لا حاجة لطفلك إلى ألعاب ثمينة. النظر إلى وجهك هو أفضل لعبة بالنسبة له!
- يحبّ طفلك النظر في وجهك واستكشافه ولمسه.
- يحبّ طفلك سماع صوتك، وهذا يساعد على تنمية معرفته للغة.
- عند التحدّث مع طفلك توقّفي وانتظري حتّى يتفاعل معك. هذه بداية المحادثة بينكما!

التفاعل مع الوجوه



مساعدة طفلي على التعلّم من خلال النظر

- يحبّ الأطفال النظر إلى أشياء مثيرة للاهتمام، كما ينجذبون إلى الأنماط المتناقضة.
- ذلك يساعد على تطوير الانتباه البصري ومهارات التعلّم لديهم.
- يحبّذ وضع هذه الصور على بعد حوالي ٣٠ سم من وجه الطفل.
- ملاحظة: تأكّدي من أنّ الصور ليست قريبة جداً من وجه طفلك. استخدمي كلّ صورة لبضع دقائق فقط، في وقت ينظر فيه طفلك إليها ويبدّي اهتماماً بها.

أشياء وصور لافتة للنظر



مساعدة طفلي على التعلّم من خلال الاستكشاف

- ذلك يحرّض على مدّ اليدين للوصول إلى الشيء والامساك به، كما يعزّز التحفيز البصري.
- يساعد في تعلّم الطفل على مدّ يديه معاً إلى الأمام.
- يحقّز على رفع الساقين لركل الألعاب.
- غيري موضع الألعاب لتعزيز الاستكشاف والانتباه البصري.

سجادة اللعب



مساعدة طفلي على التعلّم من خلال استخدام اليدين

- ذلك يحقّز على الوصول بمدّ اليدين والإمساك بالشيء.
- إمساك طفلك باللعبة يلفت انتباهه إلى يديه.
- استخدام اليدين يحقّز الطفل على جلب الشيء إلى الفم.
- الألعاب التي تصدر صوتاً خفيفاً كالخشخيشات تساعد طفلك على البدء في تطوير مفهوم السبب والنتيجة.

الخشخيشات والعضاضات



مساعدة طفلي على الاستعداد للزحف

- يساعد على الشعور بالراحة عند الاستلقاء على البطن.
- يعطيه فرصة للتمكّن أكثر من التحكّم برأسه ولتقوية ذراعيه.
- ملاحظة: كرّري هذه الممارسات مع طفلك لفترات قصيرة خلال النهار، بحسب تحمل طفلك لها.

وضع الطفل على بطنه



هل تعلمون؟ يتعلّم الأطفال من خلال التفاعل؛ فالتحدّث واللعب واللمس الحنون أمور تطوّر مهارات الطفل الذهنيّة واللغويّة والحركيّة.

اللعبة هو طريقة الأطفال للتعلّم. هدف هذا المنشور هو تزويدكم بأفكار لأنشطة تدعم تطوّر مهارات الطفل الذهنيّة واللغويّة والحركيّة. التركيز هنا ليس على علامات تجارية محددة للألعاب، لقد أدرجنا هنا بعض الأمثلة فقط. مراحل التطوّر تختلف من طفل إلى آخر؛ لذلك إن كان لديك أي استفسار بخصوص طفلك، اتصلي بطبيب الأطفال. "ب. هاتشون" و"س. باول" قسم العلاج الانشغالي للأطفال في مستشفى "رويال فري" لندن مع د. "أ. فرناندز" طبيب أطفال حديثي الولادة، مستشفى سان خوسيه، تشيلي. شكر خاص للزملاء واهالي الاطفال ساهموا في تحضير هذا المنشور. © ٢٠١٨

ترجم هذا الكتيب من قبل ف. ناصر، س. مصري و د. ل. شرف الدين طبيبة أطفال حديثي الولادة، مستشفى الجامعة الأميركية وبموافقة مكتوبة من

نصائح لتعزيز انخراط طفلك في اللعب: من عمر صفر إلى ٣ أشهر

العب مع طفلك في وضعيات متنوعة

الحمل في الحضن



ضعي رأس طفلك على ركبتيك واحضنيه بكلتا يديك لسندته

الحمل على الكتف



ضعي رأس طفلك على كتفك واسندي رأسه ورقبته بيدك

الحمل على الذراع



ضعي طفلك على ذراعك بحيث يدك تفصل ساقيه، اسندي ظهره بيدك الأخرى

وضعية المهد



ضعي رأس طفلك على المرفق واحملي جسمه بكلتا يديك

تذكري أهمية...

النمو الاجتماعي العاطفي



عادة، يظهر الطفل في هذا العمر القدرة على التنظيم الذاتي والاهتمام بالآخرين عبر الابتسام لمن حوله وتقريب اليدين من فمه لما في ذلك من تأثير مهدئ له

الكثير من ملامسة الجلد للجلد



يستلقي طفلك على صدرك، وتتغطيان ببطانية. هذه الوضعية تساعد على تنظيم دقات القلب والتنفس وحرارة الجسم، كما تعزز الترابط بينك وبين طفلك

عند طرح طفلك في السرير



تأكدي من أن جسم طفلك يلامس السرير قبل رأسه، وذلك لتجنب إجهاله

عززي نمو دماغ طفلك ...

الرقص مع طفلك



احملي طفلك بين ذراعيك وتمايلي بسلاسة حسب قدرته. أعطي الطفل فترات من الراحة ليتكيف مع الحركات

أنشطة المحادثة



تحدثي مع طفلك عما يجري معه، كعند تغيير الحفاض أو إرضاعه، إلخ... كرري الأصوات التي يصدرها، وتبادلا الأدوار للتحدث

تكرار النظر في الوجه



يساعد في تكوين علاقة حب وثيقة بينكما. استخدمى هذا الوقت للتحدث مع طفلك والغناء له

هل تعلمون؟ الأطفال يحبون لفت الانتباه ويسعدون حين تتجح محاولاتهم للتفاعل مع من حولهم بالنظر أو من خلال إصدار الأصوات. تذكروا أن لا حاجة للألعاب الثمينة: وجهكم وصوتكم أو المشي في الطبيعة ومشاهدة أوراق الأشجار تتحرك أمور ممتعة للغاية بالنسبة لأطفالكم.

اللعب هو طريقة الأطفال للتعلم. هدف هذا المنشور هو تزويدكم بأفكار لأنشطة تدعم تطور مهارات الطفل الذهنية واللغوية والحركية. التركيز هنا ليس على علامات تجارية محددة للألعاب، لقد أدرجنا هنا بعض الأمثلة فقط. مراحل التطور تختلف من طفل إلى آخر؛ لذلك إن كان لديك أي استفسار بخصوص طفلك، اتصلي بطبيب الأطفال. "ب. هاتشون" و"س. باول" قسم العلاج الانشغالي للأطفال في مستشفى "رويال فري" لندن مع د. "أ. فرناندز" طبيب أطفال حديثي الولادة، مستشفى سان خوسيه، تشيلي. شكر خاص للزملاء واهالي الاطفال ساهموا في تحضير هذا المنشور. © ٢٠١٨
ترجم هذا الكتيب من قبل ف. ناصر، س. مصري و د. ل. شرف الدين طبيبة أطفال حديثي الولادة، مستشفى الجامعة الأميركية وبموافقة مكتوبة من