

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج البحرينية



* للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الأول اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/1>

* للحصول على جميع أوراق الصف الأول في مادة لغة انجليزية وجميع الفصول, اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/1>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الأول في مادة لغة انجليزية الخاصة بـ اضغط هنا <https://almanahj.com/bh/1>

* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف الأول اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/grade1>

للتحدث إلى بوت على تلغرام: اضغط هنا [almanahjbhbot/me.t//:https](https://t.me/almanahjbhbot)



دليل للمرئيين وأولياء الأمور للتعامل مع الملل + كيف تختار ألعاب أطفالك؟

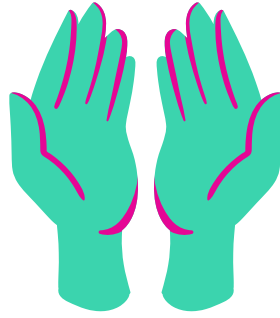
هذا الدليل من إصدار فريق عمل يجوب.
يجوب هو أحد مشاريع حجرة ورقة مقص وهي منظمة اجتماعية
أسست من أجل تعميق التواصل بيننا عن طريق اللعب



أهلاً وسهلاً

عزيزتي الأم وعزيزي الأب،

شكراً لتحميلك هذا الملف ولاهتمامك
بالوقت المتاح لأطفالك في ظل الظروف
الحالية التي فرضها علينا الانتشار السريع
لفيروس كورونا كوفيد- ١٩.



**ندعو الله أن يرفع عنا هذا البلاء وأن يقنا
شرّ الوباء وأن يحمينا وإياكم من كل سوء.**

...

هناك بعض الأمور التي أود التنبيه بشأنها قبل البدء في الحديث

أولاً/ نتفهم قلقك وتوترك وإحساسك بالورطة عند قضائك كل هذا الوقت مع أبناءك في المنزل. لذلك قبل أن تشرع بقراءة هذا الدليل ننصحك بأن تبدأ أولاً وقبل كل شيء بالاعتناء بنفسك وبصحتك النفسية. حاولي أن تقللي من مصادر القلق والتوتر من حولك. إذا لزم الأمر قومي بإغلاق تنبيهات الواتس أب في جوالك، أو بالابتعاد عن تويتر.

طريقة صحيحة أو خاطئة للتعامل مع هذه الحالة. فهذه الحالة جديدة على جميع سكان الكرة الأرضية. لا يوجد أحد مختص أو درس كيف يجب أن يتعامل الأمهات مع الكورونا. لذلك كوني رحيمة مع نفسك ومع أطفالك واعتني أولاً وأخيراً بصحتك وصحة أبناءك النفسية والجسدية. افعلي ما تُمليه عليك غريزتك وخبرتك وحُبك لأبنائك فأنت تملكين الكثير من الحكمة بداخلك.

ثانياً/ حاولي كأم أن تنفسي عن توترك بالنقاش عن الأمر مع شخص بالغ كالأب أو صديقة. من الضروري الحفاظ على أجواء هادئة غير متوترة في المنزل لأن التوتر يُضعف المناعة ويزيد من احتمالية فقدان الأعصاب.

ثالثاً/ قومي بتذكير نفسك دائماً بأن هذا الأمر مؤقت و أنكم تمرّون بوضع استثنائي وليس طبيعي. لا يوجد

رابعًا/ جلوسك في المنزل أنت وأطفالك هي من أجل حالة طوارئ عالمية، وليست من أجل تحقيق أهداف مؤجلة أو زيادة انتاج أكثر. إن استطعت استغلال الفرصة لتحقيق أهداف مؤجلة فهذا رائع، إذا لم تستطعي فلا تؤنبي نفسك ولا تضغطي عليها.



أخيرًا/ نشكرك مرة أخرى على قراءتك لهذا الدليل، ونتمنى أن تكوني منفتحة للأفكار التي سيتم طرحها في الأسفل لأن بعضها غير شائع وغير مُعتاد. لكن نأمل أن يُساعدكم هذا الدليل على إعادة تقييم نظرتكم للملل أو "الطفش" كما نُطلق عليه في اللغة الدارجة.

دمتم بخير
ودامت أيامكم مُفعمة بالرضا

مقدمة

أتذكر بوضوح الخطط والبرامج التي كُنت أَعدها في إجازة الصيف عندما كُنت طفلة في الابتدائي، كانت مُنوعة وتختلف في درجة إثارته والأهم من ذلك أنها كانت من إعدادي أنا وأخواتي بدون تدخل أمي وأبي. أتذكر من أبرز فعاليات الصيف مسابقات الطبخ التي نُعدها أنا



وأخواتي، فكانت تتنوع من مسابقات سُرعة فالفائز هو الذي يُعد الوجبة في أقصر وقت إلى مسابقات تعتمد على الطعم فيكون الفوز يعتمد على اللذة.

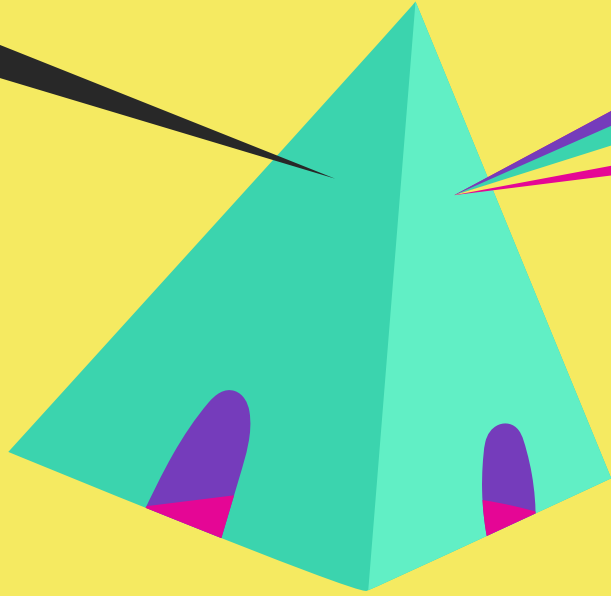
ومن المثير للضحك وللتفكير أنه لم يكن أحد منّا مهووس أو مُحِب للطبخ، لكنها عمائل الطفش الذي كان يجتاح أيام الصيف الطويلة بدون انترنت أو نت-فليكس.



ومن الفعاليات التي كانت تتطلب مهارات تقنية عالية في الاقناع والتخطيط والتمثيل هي "المبيت" في بيت عمي أو بيت خالي. كُنّا نخطط لتلك الليالي كمشروع قومي يمس أمننا واستقرارنا النفسي. لذلك خطة واحدة كانت لا تكفي وإنما كُنّا نُعد خطة (أ) وخطة (ب) وحتى خطة (ج).



لم يكن أحد يكثر بمللنا وطفشنا بالقدر الذي يكثر له الآباء والأمهات اليوم. لم تكن كلمة "ماما أنا طفشانة" مؤرقة لأمي كما هي الآن مؤرقة لأخواتي وصديقاتي الأمهات. لم تُشعرهم بتأنيب الضمير أو القلق أو الحاجة إلى عمل شيء للتخلص من الملل. على العكس تمامًا كانت مسئولية التعامل مع الملل مسئولية تقع على عاتق الأطفال وليس الأمهات. حتى أن أمي كان تردد علينا بنبرة تهديدية بأن "فلانة صديقتها كان تُجبر أبناءها إذا اشتكوا من الملل على تنظيف درج المنزل" أي كانت تُلمح بأن الشكوى من الملل من المفترض ألا تكون خيارًا لنا.



أولاً:

غير فكرتك عن الملل

بالمختصر عليك التوقف عن التعامل مع الملل على أنه "مشكلة" وأنه عليك إنقاذ أطفالك منها ومساعدتهم على التخلص من هذا الشعور البغيض. في الحقيقة الملل ضروري لنمو أطفالك المعرفي والنفسي، وعلى العكس تمامًا من كونه مشكلة، الملل خبرة على الوالدين أن يحرصوا على توفيرها لأطفالهم.



هناك فوائد لا تُحصى للملل

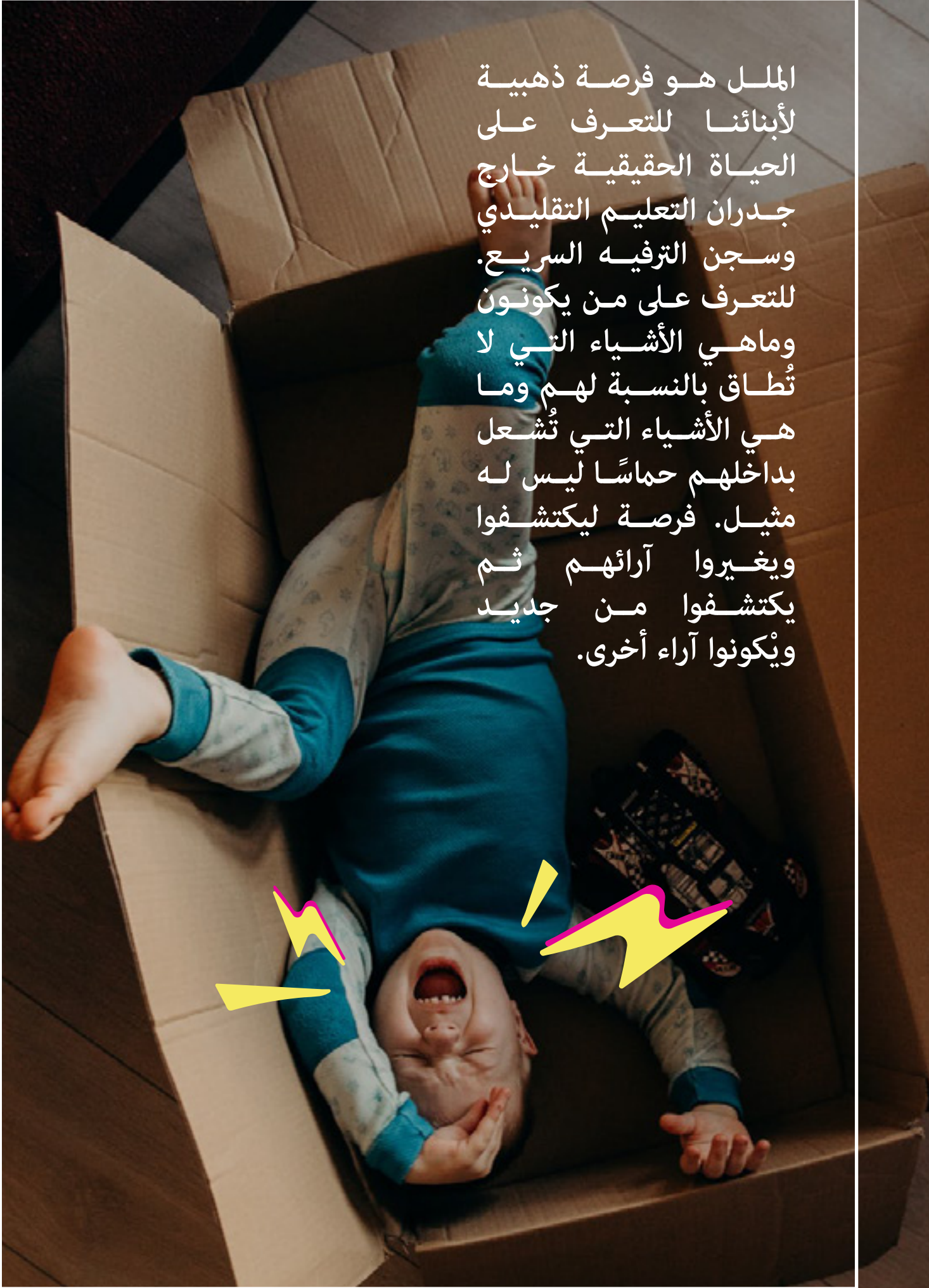
سأقوم بحصر القليل
منها على سبيل المثال:

الملل يُساعد الأطفال/ والكبار على التعرف على ذواتهم وعلى إمكانياتهم

في هذا العصر المكتظ بالمعلومات والمثيرات الذهنية التي نتعرض لها يوميًا كسيل جارف ، نمتلك وسائل ترفيه لا محدودة ونستطيع الوصول إلى مواد إعلامية من أي ثقافة وفي أي وقت مما يقف بيننا وبين وصولنا إلى أنفسنا ويشغلنا عن التعرف على الشخص الأهم في حياتنا ألا وهو أنفسنا.

الملل حاجة ضرورية في هذا الازدحام الفكري الذي نعيشه. نحتاج نحن صغارًا وكبارًا لأن نشعر بالملل وأن نُرحب بهذا القلق الذي يُحدثه الفراغ وبأن نحتفل بشعور " ما اعرف وش اسوي بنفسي"، لأن هذا الفراغ وهذا الملل هو الذي سيجبرنا على النظر إلى ذواتنا والبدء في رحلة التعرف على أنفسنا، هو الذي سيدفعنا لتجريب أشياء جديدة لم نعتد عليها، هو الذي سيدفعنا دفعًا إلى الخروج من مناطق اعتدنا عليها طويلاً. وفي حال أطفالنا هو الذي سيجعلهم يفكرون بأفكار خارجة عن ترفيه النت فليكس والفورتنايت الذي كان مُتاحًا لهم في أوقات الفراغ القليلة عندما كانوا مشغولين بالذهاب للمدرسة.

الملل هو فرصة ذهبية
للأبنائنا للتعرف على
الحياة الحقيقية خارج
جدران التعليم التقليدي
وسجن الترفيه السريع.
للتعرف على من يكونون
وما هي الأشياء التي لا
تُطاق بالنسبة لهم وما
هي الأشياء التي تُشعل
بداخلهم حماسًا ليس له
مثيل. فرصة ليكتشفوا
ويغيروا آرائهم ثم
يكتشفوا من جديد
ويكونوا آراء أخرى.





الملا يُساعد الأطفال/ والكبار على تحفيز إبداعهم وتطويره

٢

السرو وراء نجاحاتهم في مجال الفن، هو ساعات طويلة مملّة في بيت خالي فقير من الوسائل الترفيهية.

فتجد كاتب مسرحي مشهور كـ Lim Manuel Miranda يُرجع فضل نجاحه إلى الملل الذي كان يُحس به في الظهريات الفارغة فيقول: "لأشياء أفضل من غرفة فارغة وورقة بيضاء لتحفيز الإبداع"

الملل يُنشط إبداع طفلك، ويُحفز خياله الذي عانى من النوم والتخدير مع الآيباد والكمبيوتر. لو تركت ابنك من دون انقاذ لمدة يوم أو يومين من الملل، ستتفاجئ بأنه اخترع لنفسه ألعاب وأعمال فنية ومشاريع بناء. لا يُوجد ما هو مُحرض على الإبداع أكثر من الملل. الكثير من الفنانين والمبدعين يقولون أن



الوصول إلى أفكار إبداعية
مُدَهْشَة.

والأهم من ذلك فإن الملل
لا يجعل أطفالنا يصلون إلى
أفكار إبداعية فحسب،
وإنما يجعلهم واسععي
الحيلة، قادرين على
استخدام ما لديهم من
معطيات لصالحهم، لديهم
حس من الالتزام نحو
المشاريع التي يتكرونها
لأنفسهم.

فكم من المرات صنع مني
ومن أخواني الملل، تُجار
كيك وأيس كريم وأساور
صداقة عندما كُنَّا أطفالاً؟

تعرّض ابنك/ ابنتك للملل
حد الانفجار والبكاء هو
الذي سيعلمها كيف
تستجيب له بإبداع
وبابتكار طرق لتسلية
نفسها ولقضاء وقتها.

لأن العقل في وقت الفراغ
والملل يبدأ بالاسترخاء
والتجول في أماكن غير
معهودة وجديدة فيخرج
بأفكار إبداعية وهذا ما
يُفسر بأن عمل عادي
وروتيني كالاستحمام أو
ممل ككي الملابس أو
كالانغماس بهدوء في طي
الملابس وترتيبها بعد
الغسيل قد يؤدي إلى



٣ خبرات المثل تُجهز أطفالنا بشكل أفضل لتحديات المستقبل

التعامل مع الملل على إنه أمر استثنائي يحتاج إلى مُساعدة خارجية عاجلة من الآباء والأمهات فعل مُضر لأطفالنا ولمستقبلهم. لأن فيه خداع للطفل فهو يظن بأن الحياة عبارة عن سعي مستمر نحو التسلية والاحساس بالمرح. وللأسف هذا التفكير تسرّب حتى لمدارسنا وأنظمتنا التعليمية فأصبح شغل المعلم الشاغل هو ترفيه الطفل قبل تربيته وأصبح المعلم يفعل كل ما في وسعه حتى يتفادى شكاوي الأمهات من ملل الأبناء. استخدام الترفيه كوسيلة للتعليم أمر جيد لكن مشكلة حين نستسلم جميعنا كمربين وأولياء الأمور لضغط تدمير الأطفال فيصبح الترفيه عائقًا في وجه تربية الطفل وتأهيله.

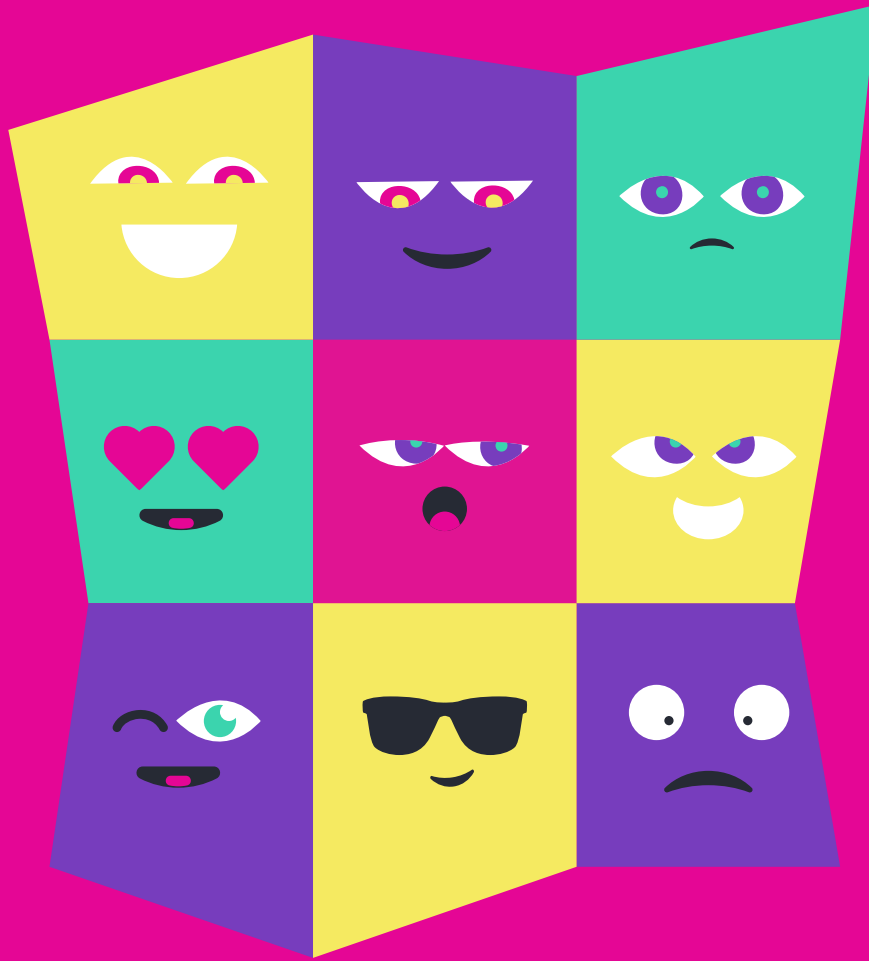
أن يعيش الطفل تجربة الملل أمر مهم ليتجهز للمستقبل الذي سيعمل فيه كموظف وسيضطر لتحمل الكثير من الأمور المملة فيه، وحتى لو عمل في مشروعه الخاص هناك الكثير من الأمور التي ستطلب منه أن يكون متسامحًا مع قدر كبير من الملل.

ع الملل يُخرج أفضل ما في الإنسان ويدفعه لعمل الخير

كما أسلفنا الذكر في النقاط السابقة الملل يسمح للإنسان تأمل حياته وتقييمها. مما يجعله في الأغلب يتساءل عن جدوى حياته ويدفعه لمحاولة شغلها بأمور ذات معنى كمُساعدة الآخرين والعمل على خدمتهم.

وهذا الأمر لا ينطبق فقط على الكبار وإنما حتى على الأطفال وإن كان بشكل غير مباشر. عندما يكون الطفل في مواجهة مع وقت فائض وغير محكوم بأنشطة لا صفيه، تُتيح لفطرته الخيرة بأن تظهر وتبرز وستجده يشعر بمتعة بالغة في خدمة غيره بعكس عندما يكون مشغولاً وجدوله مزدحماً بخرجات ورحلات وأنشطة لا صفيه مع أصدقاءه.





ثانيًا:

قاوم الأحاسيس
السلبية المرتبطة بالملل



الأمر بغض النظر عن
عرقهم أو خلفيتهم
الاجتماعية أو مدى
تعليمهم يؤمنون بأنه من
الضروري أن يُسجل الأطفال
في أنشطة لا صفية بعد
المدرسة حتى لا يملون،
وبأنه يجب على الآباء
والأمهات أن يتركوا ما فيهم
أيديهم وإن كانوا في قمة
انشغالهم للذهاب والرسم
مع أطفالهم إذا طلب
الطفل منهم ذلك.

نتفهم جيداً أنه من
الصعب عليك مقاومة
تدمير أطفالك وإلحاقهم
وشكواهم من الفراغ
وبأنك تشعرى بأن واجبك
الأمومي هو إنقاذهم من
هذا الكرب والشعور
السيء. في الحقيقة أنك
لست وحدك في هذا
الشعور ففي دراسة
أجريت في الولايات المتحدة
الأمريكية على أولياء أمور
من جميع الطبقات
والأعراق والخلفيات
الاجتماعية والاقتصادية
وجدوا أن جميع أولياء

ومع ظهور الانترنت ومنصات البث ووسائل التواصل الاجتماعي و مع تكاثر خيارات الأنشطة اللاصفية ، أصبح أبناءنا لديهم تسامح منخفض جدًا إلى حد الانعدام مع الملل. لذلك مع ظروف العزل المنزلي الذي فرضه علينا فايروس الكورونا، هذه فرصة ذهبية لتدريب نفسك على تقبل الملل وعلى مقاومة رغبتك لإنقاذ أطفالك منه ومقاومة شعورك بتأنيب الضمير تجاههم عندما يبدأو في الشكوى.



دعهم يتذمروا كما يحلووا لهم، واتركي لهم الفرصة بأن يدخلوا في عراكات أخوية فيما بينهم ولا تتدخلي إلا في أصعب الحالات ، كما كانوا يقولوا أمهاتنا " لا تنادوني إلا إذا كان في دم". كل هذه فرص لنضجهم ولنموهم ستُساعدهم على بناء مهارات جيدة سيحتاجونها كثيرًا عندما يكبروا.



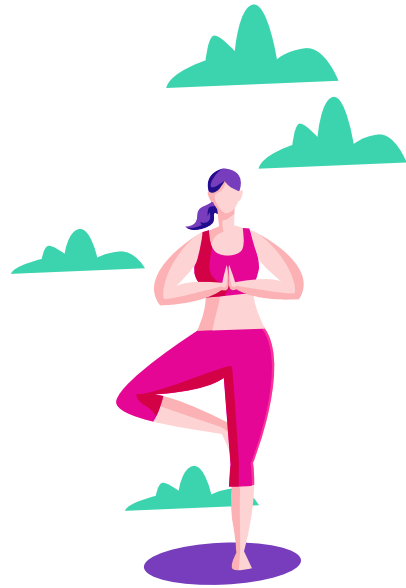
ثَالِثًا:

حاول أن تُهَيِّئَ
منزلك للاكتشاف

هنا قائمة ببعض النقاط التي يمكنك عملها حتى توفر بيئة مُحفزة على الاكتشاف والنمو:

كوني:

أنت قدوة حسنة لأطفالك،
حاوي أن تُريهم أن لديك بعض
الأنشطة التي تستمعي بأدائها
وحدك. مثل الرياضة في المنزل،
أو الخبز، أو القراءة . لا تستهلكي
أكثر من وقتك المعتاد في
استخدام جوالك أو اليوتيوب.



حاولي:

تطبيق نفس قوانين استخدام
الأجهزة التي قمت بوضعها
قبل العزل. لكن لا تجعلي
تطبيق هذه القوانين يُصيبك
بالتوتر فكما أسلفنا سابقًا هذا
الوضع استثنائي ومُربك وأنت
قلقة ولا نريد لهذا الدليل أن
يصيبك بمزيد من القلق.

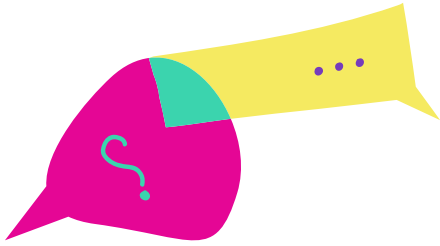


وفّران:



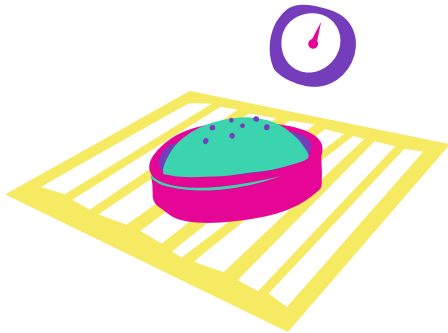
أدوات يستطيع أطفالك بها التعبير عن أنفسهم واطريها في تناول أيديهم. كالألوان، الأوراق، والصلصال، وتركيبات البناء، والكراتين، أو الميكرفون. ويمكنك حتى توجيههم بأنه يمكنهم اكتشاف المطبخ واستخدامه تحت توجيهك أو توجيه المساعدة في المنزل.

اطرحان:



أسئلة مفتوحة تحفز خيال طفلك أثناء وجبة الغداء أو الإفطار.

حاولان:



أن تعطي طفلك خبرات انتظار متكررة حتى يتعلم الصبر وحتى يتعلم ملء وقت الانتظار بما يناسبه ويُسليه. مثل انتظار الكيك حتى ينتهي من الفرن، أو مثلاً انتظار طلب معين حتى يصل.



رابعًا:
أعطي أطفالك مُحفزات
لقدراتهم الإبداعية.





إذا كانوا أطفالك تحت سن العاشرة، ربما يحتاجوا لبعض المحفزات التي تُرشدهم وتُفجر بدواخلهم قدراتهم الإبداعية النائمة. فمثلاً يُمكن لك أن تُحضر علب المناديل الفارغة في المنزل وتُسألهم ماذا يُمكننا أن نفعل بها؟ أو تعطيهم قشرة بيضة مفرغة قد كُنت استخدمتها صباحاً في صنع كيكة وتُسألهم ما هي الشخصيات التي يُمكنهم تكوينها من خلال هذه البيضة؟ أو مثلاً إذا كان لديك فائض من الأقمشة لا تعرفين كيف تُصرفينه من الممكن أن تقدميه لأطفالك ليقوموا باستخدامه في أعمال فنية. هذا النوع من المحفزات قد يفتح أبواب إبداعية قد تتفاجئي بها.

إذا كانوا أطفالك تحت سن العاشرة، ربما يحتاجوا لبعض المحفزات التي تُرشدهم وتُفجر بدواخلهم قدراتهم الإبداعية النائمة. فمثلاً يُمكن لك أن تُحضر علب المناديل الفارغة في المنزل وتُسألهم ماذا يُمكننا أن نفعل بها؟ أو تعطيهم قشرة بيضة مفرغة قد كُنت استخدمتها صباحاً في صنع كيكة وتُسألهم ما هي

كيف تختار ألعاب أطفالك؟

فترة الجلوس في المنزل الحالية التي فرضت علينا بسبب فايروس الكورونا كوفيد - ١٩ ، فترة جيدة لترتيب مخزون الأطفال من الألعاب وإعادة النظر في اختياراتهم واختياراتنا للألعاب. كما أن تقليل الخروج من المنزل، ربما سيدفع أطفالنا لطلب المزيد من الألعاب ليقضوا وقت فراغهم بها. لذلك هذه فرصة ذهبية لشراء ألعاب جيدة وأكثر فاعلية وفائدة من غيرها.

هنا أربعة نقاط أساسية
لمساعدتك في هذه المهمة:

وتحتاج إلى تدريب مُستمر. فأنا مثلاً قمت بالكثير لتدريب نفسي على هذه القاعدة والنجاح فيها "أحياناً". كنت عندما أجد قطعة ملابس أشعر بأن ثقتي بنفسي ونجاتي وسعادتي الأبدية تعتمد على امتلاكها. لذلك في البداية كنت استخدم التأجيل كوسيلة لإقناع نفسي. فأقول لنفسي كل ما عليك هو الانتظار لأسبوعين ثم شراءها.

في هذه الأسبوعين أكتشف بأن الحياة مرت دون أن أموت بدون هذه القطعة وأحياناً أنساها تمامًا.



قم بتجسيد قاعدة (الرغبات مقابل الحاجات) في المنزل.

القاعدة الشهيرة والتي تتردد كثيراً في كل مكان والتي تُنبهنا على التفريق بين رغباتنا وحاجاتنا قبل شراء أي شيء. الكثير من صغارنا تعلموا هذه القاعدة في المدرسة لكن يفشلون في تطبيقها في حياتهم وخصوصاً عند شراء لعبة. فاللعبة وقت الشراء تتحول إلى "حاجة" ماسة في عقل الطفل وهي في الحقيقة "رغبة" مُلحة لا أكثر.

يشعر الطفل بأنه إذا لم يشتري هذه اللعبة (الآن) فإنه لن يستطيع العيش وبأن الحياة ستتحول إلى جحيم بدونها. رغم أن جميعنا يعرف النهاية الحتمية لتلك اللعبة ألا وهي الضياع أو الإهمال بعد يومين أو أسبوع.

في الحقيقة أن هذه القاعدة صعبة جداً حتى على الكبار



غياب الكثير من الألعاب
وحتى هم سيكتشفون بعد
فترة إذا قمت بفتح نقاش
بهذا الخصوص بأنهم لم
يفتقدوا أيًا من هذه الألعاب.
دعي هذا النقاش يكون
بداية لترسيخ هذه القاعدة في
أذهانهم واطرحي لهم بأن أي
شيء تنخفض قيمته ويتضاءل
حماسنا تجاهه فور امتلاكنا
له وأن قيمة أي شيء تزداد في
أذهاننا إذا كنّا لا نملكه.

لذلك ربما من الجيد أن
تُجسدي هذه القاعدة
لأطفالك بتجربة عملية.
عندما ينام أطفالك، قومي
بترتيب ألعابهم وباختيار
بعض الألعاب التي تعتقدي
بأنها جيدة ومهمة لنموهم
وضعها في مكان في متناول
أيدهم. أما باقي الألعاب
قومي بتخزينها في مكان لا
يعرفوه "في غرفتك مثلاً" أو في
مخزن لا يصلوا إليه.
ستكتشفين بأنهم لن يلاحظوا



٢.

اختر الألعاب التي تبني خيال طفلك، وابتعد عن الألعاب التي تحد خياله.

الكثير من الخبراء يقترحوا شراء ألعاب حيادية لا تتحكم في خيال الطفل وإنما على العكس خيال الطفل يتحكم بها وينطلق بها. فمثلاً عندما تشتري سوبر مان أو بزلاتير من فيلم حكاية لعبة، كلاهما لا يمكنهما أن يكونا أكثر من ذلك. بزلاتير لا يمكن أن يكون سوى بزلاتير. وسوبر مان لا يمكن أن يكون سوى سوبر مان.

هنا قائمة ببعض الألعاب التي قد تطلق خيال طفلك:

- العرائس والسيارات والمطبخ والبيوت: كل هذه الألعاب تُساعد طفلك أن ينطلق بخياله ليؤلف قصصًا ويصنع عوالم.
- الألعاب التي تسمح بالحركة كحبل النط وكرة القدم.
- الأدوات الفنية كالألوان والأوراق والعجين.
- القطع التنكزية كالأقنعة وألوان الوجه والأقمشة.
- التركيبات وقطع البناء.
- الألعاب التي تسمح للطفل باختبار صوته والأصوات من حوله كاميكرفون وغيره.





٣.

اختر الألعاب التي تسمح بالتعاون والتشارك.

الألعاب اللوحية أو الورقية Boardgames أفضل مثال على اللعب الذي يخلق جو حميم وممتع داخل العائلة أو بين الأصدقاء. اشتر مثلاً الألعاب الكلاسيكية التي يُمكن لأكثر من شخص أن يتعاونوا من خلالها ويستمتعوا بها معاً كالشطرنج أو الكيرم أو الكمكم الحجازية.

٤.

وسم مفهوم اللعب عند أطفالك (اللعب مقابل الألعاب)
– هذه النقطة ربما غير مفيدة في وضع العزل الصحي-

علّم طفلك بأنه يُمكن أن يلعب ويستمتع بدون أن يشتري ألعاب. فاللعب والمتعة ليست مقصورة على الألعاب الملموسة.





هنا قائمة بالخبرات التي يُمكن لطفلك أن يخصص لها ميزانية ليشتريها ليستمتع بها ويلعب من خلالها:

- تذكرة لمتحف، أو مباراة كرة قدم، أو فيلم.
- أن يشترك في دورة الكترونية في المجال الذي يُحبه.
- أن يقوم بالزراعة.
- أن يلتزم أو يتدرب على رياضة كالسباحة أو الملاكمة أو الكاراتيه.
- أن يُجرب التخييم أو المشي في الجبال أو الاعتناء بحيوان معين.
- أن يقوم بالتخطيط والتجهيز لمغامرة مع أصدقاءه بإشراف أحد الأمهات.

وغيرها الكثير من الأنشطة التي يُمكن أن تصنع ذكريات جميلة لا تنسى بدون صرف مبالغ طائلة وبدون تخزين ألعاب قد تكون مضرّة لخيال الطفل وللبيئة.



وأخيراً،

وأخيراً شكراً مرة أخرى على القراءة لنهاية هذا الدليل وندعو الله بأن يرفع عنا البلاء والوباء وبأن يهون علينا وعليكم هذه الفترة.



كتابة/ رفاه سحاب
مراجعة/ د. هبة حريز

طلب صغير وأخيراً

نحن ممتنين لوسائل التواصل الاجتماعي لأنها قربتنا منكم وسهّلت انتشار أفكارنا، إلا أننا نشعر - أحياناً - بأننا نتحدث في الفراغ فلا نستطيع سماع أصواتكم ولا قياس تأثيرنا بشكل فعلي. نفتقد النظر إلى وجوهكم لنعرف ردة فعلكم ونفتقد للنقاش المتبادل وللانتقاد الذي يدفعنا للتطوير. لذلك نطلب منكم طلب صغير بأن ترسلونا بأفكاركم وآرائكم وبأن تكرمونا بتعليق أو حتى انتقاد على البريد الإلكتروني التالي:

hello@yajoob.co



ترقبوا المزيد من المواضيع المهمة من سلسلة دليل المربين

المراجع

- <https://academic.oup.com/sf/article-abstract/985257458/31/1/?redirectedFrom=fulltext>
- <https://thriveglobal.com/stories/the-importance-of-being-bored-in-a-digital-age/>
- <https://www.fatherly.com/parenting/the-importance-of-boredom-and-letting-your-kids-be-bored/>
- <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10400419.2014.901073/#preview>
- <https://www.nytimes.com/201902/02/opinion/sunday/children-bored.html?auth=login-facebook>
- <https://www.nytimes.com/201825/12/upshot/the-relentlessness-of-modern-parenting.html>
- <https://psychcentral.com/lib/choosing-toys-for-your-child/>
- <https://www.moneycrashers.com/minimalism-kids-family/>



أدوات لتمكين الجيل الناشئ
من المواطنين العالميين

