

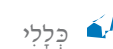
תאליף: מارتן סומר | ترجمة: سوسن كردوش قسيس
 رسوم: مارتن سومر
 הוצאה
 الفئة العمرية: البستان



שיחה

نتحدث حول

- استعمال الشاشات: قد نسال أطفالنا: لماذا برأيكم منع الاهل راني من مشاهدة الشاشة بكثرة؟ كيف يؤثر علينا النظر المتواصل للشاشات؟ وكيف نشعر حين يجلس أهلنا معنا وهم مشغولون بالشاشة؟
- البدائل للشاشات: اقترح والد راني على ابنه أنشطة بديلة. نتحدث مع طفلنا حول أمور يجب أن يقوم بها لوحده ومعنا، وندرجها في برنامجنا الأسبوعي.
- الشعور بالملل: نتحدث مع طفلنا حول الأوقات التي يشعر فيها بالملل. ما الذي يساعده للتغلب على هذا الشعور؟ نشارك طفلنا بشعورنا بالملل وكيفية التعامل معه.



קריאה

نتواصل

نقل من وقت انشغالنا بالشاشات ونلعب مع أطفالنا. قد نقرأ معاً كتاباً شيقاً، أو نخرج في نزهة، أو نستمع إلى الموسيقى، أو نحضر وجبة شهية. سيكون رائعاً إذا خصصنا وقتاً أسبوعياً ثابتاً لهذه الأنشطة.

- נساعد طفلنا في إعداد رُزنامة أسبوعية، يرسم فيها أيقونات ترمز إلى أنشطة يحبّ أن يقوم بها لوحده أو مع أصدقائه وأفراد عائلته. حتماً سيفخر حين يراها معلقة على الثلاجة في المطبخ!
- يمكن أن نصوغ مع أطفالنا اتفاقية حول مدة وكيفية استخدام الشاشات في البيت، ونلتزم بها كعائلة.

- نستكشف تطبيقات في هاتفنا المحمول لألعاب عائلية ممتعة.

נבחר مع أطفالنا عن فوائد وسلبيات استعمال الشاشات لفترات متواصلة.

- استخدام الشاشات: نسأل الأطفال عن مدى استخدامهم واستخدام أهلهم للشاشة. هل تستخدمون الشاشات كثيراً؟ هل يستخدم أهلکم الشاشات كثيراً؟ هل يعجبکم ذلك؟
- ضرر الشاشات: نسأل الأطفال عن رأيهم: هل الشاشات مضرّة أم مفيدة؟ لماذا؟ ماذا يمكن أن يحدث إذا شاهدنا الشاشات بكثرة؟
- الامتناع عن الشاشات: حاول والد راني أن يبعده عن مشاهدة الشاشات. نسأل الأطفال عن رأيهم: ماذا يمكن أن يحدث إذا امتنعنا عن مشاهدتها؟ هل يمكن أن نمتنع عن الشاشات بشكل تام وألا نستخدمها في حياتنا؟
- الشعور بالملل: نتحدث مع الأطفال حول الأوقات التي يشعرون فيها بالملل. ما الذي يساعدهم في التغلب على هذا الشعور؟ نشارك طفلنا بشعورنا بالملل وكيفية التعامل معه.



נתואסל

יום משרק ואافאקיע: נעד יומא משרקא לאמהא والأطفال في البستان. نهز أنشأة تُعني علاقة الأم بالطفل وتتيح التقارب والتواصل فنعد أيضاً إضاءات إرشادية للأمهات تعزز علاقتها بطفلها وتوجهها نحو أنشطة مشتركة بديلة عن الشاشات. فمثلا: نساند الأهل على بناء اتفافية مشتركة بينهم وبين الأطفال، ونعد رزنامة أسبوعية لأنشطة متنوعة. يوقع الأهل والطفل على الاتفاقية، ويلقونها في مكان مرئي في البيت ويلتزمون بها.



نثري لغتنا

التعبير الشفهي والتعبير بالرسم: أحياناً، يمنعنا الأهل من القيام بأشياء نحبها. ندعو الأطفال ليفكروا برسالة يودون توجيهها لأهلهم ويعبرون فيها عن مشاعرهم حيال ذلك. نعبر عن أفكارنا بالرسم ونشارك الأهل بما رسمناه.



نستكشف

اللعاب شعبية: نسال أهلنا وأجدادنا عن ألعاب اجتماعية شعبية كانوا يلعبونها في طفولتهم، وندعو الأصدقاء في الصف لنجربها ونتمتع بها معا.



نبدع

ورشة فنون في الصف: نوقر المواد للورشة، مثل الألوان والخامات مختلفة، ونصنع نظارات بأشكال مختلفة حسب اختيار وتفضيلات الأطفال. نلعب معاً ونقضي وقتاً مسلياً بعيداً عن الشاشات.

עוד פעילויות באתר ספריית פיג'מה www.pjisrael.org