

## Mit den Kindern zu Hause

نصائح تعمل بها في البيت : 11 اقتراحا

أولياء الاعزاء,

نقترح اليوم عليكم ان تضعوا لهذه الايام برنامجا بسبب أزمة الكورونا نقضي جميعا وقت اكثر من المعتاد في البيت مع الابناء.

لقد أغلقت المدارس و دور الحضانة وكذلك ملاعب الاطفال وهذا يشكل تحديا كبيرا لنا جميعا.

بقاؤكم في بيوتكم في هذه الفترة هو التصرف الصحيح لحماية عائلتك والمجتمع. لقد قمنا بجمع بعض الاقتراحات التي من الممكن ان تجربوها مع ابنائكم كي لا تتأزم الحالة في البيت.

كالعادة نأكد على اهتمامكم بأنفسكم كي تكونوا قادرين على العطاء لابنائكم.

Weitere Tipps und Informationen finden Sie hier:

<https://www.kita-einstieg-hamburg.de/elterninfo/>



(Zusammengestellt von Mitarbeiter\_innen der Elbkinder Vereinigung Hamburger Kitas gGmbH und der DRK gemeinnützige Gesellschaft für Pädagogik Hamburg-Harburg mbH)



### 1. تصميم جدول زمني لليوم

اعتاد الابناء على روتين يومي في الروضة.  
اجلس مع ابنك على الطاولة وضع معه برنامجا لليوم المقبل, صور وخطط معه كل ما يمكن فعله غدا.

### 2. لعبة الحلقة الصباحية

اجلس مع كل افراد عائلتك في حلقة .  
اسال ابنك ماذا تفعلون في الحضانة حين الحلقة الصباحية؟ باي انشودة تبتدؤون؟  
لتكون الحلقة ممتعة , يمكن ان يصطحب الابناء ألعابهم مثل الدبodob ويجلسه معه.

### 3. يوميات/ الروتين اليومي

اسمح لابنك ان يساعدك في الاعمال المنزلية مثل خبز الخبز/الكعك او ترتيب الثياب او غسل الاطباق  
قم بتوزيع المهام/ الواجبات على افراد العائلة. يفضل الابناء الاشغال الجماعية اذا رفض الابناء ذلك فكن حليما معهم.

### 4. ابتداء/ تصميم غرف جديدة

بناء مغارة/كهف هذا ممتع وينمي خيال الاطفال.  
ممكن ان يكون قصرا او محطة الاطفائ او... .. استعملوا مخدات, كراتين, كراسي.....  
ممكن ان تجلس مع ابنك وتلعب في المغارة او تقص عليه قصة او ينام فيها.

### 5. ملف منزلي

ابنك لديه ملف في الحضانة يحتوي على مراحل تطوره ونموه مثل رسومات قام بها وصوره و كثير من الأشياء الاخرى.  
صممه مع ابنك كما يشاء وضع في نهاية كل يوم رسما او شغلا يدويا في الملف.

### 6. لعبة مسارتخطي الحواجز

يحتاج الاولاد الى كثير من الحركة كي يستفرغوا طاقاتهم لذلك ضعوا معهم مسار /طريقا وحددوا معهم حواجز وقرروا اي الأثاث لا يسمح استعماله.



## 7. حصة رياضية يومية

يوجد كل يوم على الساعة 9:00 صباحا على قناة ألبا برلين حصة رياضية مدتها 30 دقيقة لاطفال الحضانة. بداية رائعة لليوم.

أبتداء من الساعة 10:00 يقدم البرنامج حصة رياضية لاطفال المدرسة الابتدائية.

<https://www.youtube.com/albaberlin>

## 8. حصة الموسيقى

تقدم مدرسة "ليته" يومية اناشيد واغاني على اليوتيوب بإمكان الاطفال تعلمها وترديدها والتحرك عليها.

[https://www.youtube.com/channel/UC9X\\_hrkGra3xBgCd048ML4Q](https://www.youtube.com/channel/UC9X_hrkGra3xBgCd048ML4Q)

هناك كذلك على صفحة "يوليا ميلر ليسنا" على الساعة 18:00 مساء عرض مباشر . بما ان التوقيت غير مناسب لأنه وقت العشاء بإمكانكم تسجيل الاناشيد للاطفال.

<https://www.youtube.com/channel/UCjZo5FZLamKq6fuwb1hHdwQ>

## 9. الغناء والحركة

الغناء والحركة صحي وممتع ويساعد على الاسترخاء.

يتخلل يومنا في الروضة/ الحضانة اغاني منشطة عديدة ومن المؤكد ان ابناءكم يعرفون ويحفظون الكثير منها. استمعوا وتحركوا مع ابناءكم حتى وان كان المكان ضيقا قليلا.

<https://www.youtube.com/user/SingKinderlieder/videos>

<https://www.youtube.com/user/kinderlieder/videos>

## 10. تجارب لأبناء الحضانة واطفال المرحلة الابتدائية

يحب الاطفال القيام بالتجارب.

مقترحات وتجارب: لماذا لا نتبلل حلوة الدببة المطاطية في الماء؟

كيف نستطيع نفخ بالون داخل زجاجة؟

يوجد على الصفحات التالية افكار متعددة لتجارب تناسب الاطفال الصغار.

<https://www.haus-der-kleinen-forscher.de/de/praxisanregungen/experimente-fuer-kinder>

<https://www.geo.de/geolino/basteln/15225-thma-experimente>

## 11. تحدث مع ابنك عن كورونا

من المهم ان يستوعب الاطفال لماذا لا يمكنهم فعل المعتاد كاللعب خارجا او زيارة الجد والجددة.  
يوجد فيديو يشرح بطريقة مبسطة للاطفال ما هو فيروس الكورونا وكيف نتعامل مع الوضع.

<https://www.youtube.com/watch?v= kU4oCmRFTw>

من المهم ان لا نجعل موضوع الكورونا يسيطر على يومنا. تحدثوا بهدوء وطمأنينة كي لا يخاف الاطفال  
هذه بعض المواقع التي ممكن ان تساعدك على تهدئة ابنائك وحمائتهم.  
باللغة الالمانية:

<https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-acht-tipps-mit-kindern-darueber-zu-sprechen/212392>

باللغة الانجليزية:

<https://www.unicef.org/coronavirus/how-to-talk-to-your-children-about-coronavirus-covid-19>