

"إنها مشية المار يونيت!" (الأطفال يستمتعون مع أولياء أمورهم في الفاعلية)

## ندعم بناء صحة الأطفال من خلال التمرينات البدنية

يمكننا سماع أصوات الكثير من الضحكات خلال تطبيق التمرينات البدنية للتقارب بين أولياء الأمور وأطفالهم، كما ظهر استمتاعهم أثناء تصببهم عرق مجهوداتهم.

### انطباعات بعض المشاركين في الفاعلية

علق المشاركون حول فاعلية بالتعليقات التالية:

- استطعت تعلم العديد من الأشياء اليوم. وأظن أنني أريد تعلم المزيد من هذه التمرينات البدنية.
- لقد كانت هذه الفاعلية جيدة، وتعرفت من خلالها على تمرينات وألعاب تقوي العلاقة بيني وبين أطفالي.
- شكرًا لتخطيطكم هذه الفاعلية. لقد استطعت الاستمتاع بوقتي أنا وطفلي.
- تؤكد هذه الفاعلية على أهمية التمرينات البدنية لأولياء الأمور، وتحثنا على تحريك أبداننا مع أطفالنا.

يمكنكم تحميل البوستر الخاص بالتمرينات البدنية للتقارب بين أولياء الأمور وأطفالهم من خلال رابط موقعنا الإلكتروني المذكور بالأسفل.

<https://www.ecd-egypt.com/>

قوموا بتحميل البوستر من الموقع، ولصقه في المنزل في مكان تسهل رؤيته، واستمتعوا بممارسة التمارين البدنية للتقارب بينكم وبين أطفالكم.

### تطبيق فاعلية التمرينات البدنية للتقارب بين أولياء الأمور وأطفالهم

في إطار التعاون مع محافظة السويس قمنا بشرح أهمية التمرينات البدنية لنمو الطفل. وبعد الانتهاء من تمرينات الإحماء، وجدنا الأطفال وأولياء أمورهم يحركون أجسادهم ويقومون بالتمرينات البدنية ويستمتعون بها.



أولياء الأمور وأطفالهم وهم يستمتعون بتمرين "عربة اليد"



هيا بنا نقوم بتحدي "القفز على الأرجل!"

### انتشار التمرينات البدنية للتقارب بين أولياء الأمور وأطفالهم

نشجع في هذا المشروع على دعم النمو الصحي للأطفال عن طريق تطبيق هذه الفاعلية التي تستهدف أولياء الأمور في المحافظات الخمسة المستهدفة.

في هذه الفاعلية، لا يضطر أولياء الأمور لشراء أدوات ومعدات للتمرينات، بل يمكنهم الاستمتاع بعمل هذه التمرينات الممتعة في المنزل مع أطفالهم. (نشرت هذه التمرينات في النشرة الإخبارية السابقة (العدد الرابع). وليس الأطفال فقط بل يمكن أن يستمتع الوالدين أيضا بتلك التمرينات بسهولة، والتي تمكن من زيادة تعميق الروابط والصلة بين الوالدين والطفل مع تحسين صحتهم. من أجل الحد على تطبيق شعارنا الذي ينص على "الأكل جيدًا، واللعب جيدًا، والنوم جيدًا" في المنزل، سنقوم بتطبيق فاعليات أخرى بخلاف فاعلية التمرينات البدنية هذه، وفاعلية التوعية الغذائية، كفاعلية التوعية بأهمية القراءة للأطفال في المحافظات المستهدفة الخمسة.



النصف الأول من الفاعلية (ندوة)

تعزيز اللعب الحر  
للأطفال  
~ اللعب بالرمال ~

تطبيق اللعب  
بالرمال،  
ينتشر  
أكثر فأكثر

Page 2

من الممتع اللعب بالرمال مع أصدقائي (حضانة النور، القليوبية)

### وضع تطور بناء أحواض الرمال واللعب بها

من بين الحضانات التي يستهدفها المشروع، تم الانتهاء من بناء أحواض الرمال في ١٢ حضانة باستخدام ميزانية المشروع و٥ حضانات باستخدام الميزانيات الخاصة بتلك الحضانات. وفي المستقبل، ستقوم وزارة التضامن الاجتماعي بتجهيز ٢٧ حضانة (٤ حضانات معدة لاستخدام أحواض الرمال في الداخل) أو ستقوم بتجديد أحواض الرمال القائمة. كما سيتم دعم الحضانات الستة المتبقية من خلال الميزانيات الخاصة بتلك الحضانات حتى يتمكن الأطفال من اللعب بالرمال. في كل حضانة، يتاح للأطفال فرص اللعب بالرمال بحرية، وذلك بتفهم وتعاون الميسرات ووزارة التضامن الاجتماعي ومكاتبها وأوصائها. يتعلم الأطفال أشياء مختلفة بشكل طبيعي بينما يستمتعون باللعب بالرمال. يرجى إلقاء نظرة على الرابط التالي للإطلاع على المزيد مما لم يرد ذكره في هذا المقال.

<https://www.ecd-egypt.com/>

أحواض-الرمال-SAND PITS

(إدارة المتطوعين المشاركين في المشروع)



فاعلية بخصوص اللعب بالرمال حيث تم دعوة أولياء الأمور والميسرات (حضانة الهدي النبوي، بورسعيد)

× بالنسبة للعب بالرمال، يرجى الرجوع إلى عدد شهر سبتمبر عام ٢٠١٨.

### القيمة التعليمية للرمال

تشمل القيمة التعليمية للرمال النقاط التالية (١)- (٥):  
١) بسبب لدونة الرمال، يستطيع الأطفال تجسيد الصور في خيالهم، وتوسيع قوة تصورهم وإبداعهم (معيار: التعبير الفني)،  
٢) يستطيع الأطفال تنمية اهتمامات علمية، واكتساب فكر مبدئي متعلق بالرياضيات من خلال التجربة الشخصية أثناء قيامهم بالتفكير مرارًا وتكرارًا (معيار: الإدراك)،  
٣) أثناء عملية اللعب، تتاح للأطفال فرص كثيرة لاستخدام كلمات وفقاً للمواقف المختلفة (معيار: اللغة)



أنا ما زلت صغيرة، وأحب الرمل كثيرًا!!  
(حضانة دار الطفولة، القليوبية)

٤) أثناء عملية اللعب، يكون لدى الطفل فرص لتعلم كيفية التفاعل مع الأصدقاء ومتعة اللعب معًا (معيار: السلوك الاجتماعي)،  
٥) يتم تحفيز الشعور عن طريق اللمس، واللعب باستخدام الأصابع و الجسم بأكمله، أو تشجيع تنمية المهارات الحركية (معيار: الحركة)،  
٦) من خلال غسل اليدين وتغيير الملابس بعد اللعب، يتم اكتساب عادات النظافة (معيار: العادات اليومية)

### النمو الشامل من خلال اللعب الحر



كم تريد من الماء؟  
(حضانة الغد الجديد، السويس)

يهدف المشروع إلى النمو الشامل للأطفال من خلال اللعب الحر. تعتبر معايير الحضانات في مصر (٦ مجالات: (اللغوي و الاجتماعي والبدني، والمعرفي و حركي و نفسي) التي تحدد المهارات التي يجب اكتسابها قبل سن ٤ سنوات) وتدريب الميسرات المبني على ذلك خطوة هامة. كما يعتبر مشروع أحواض الرمل بالاشتراك مع وزارة التضامن الاجتماعي، بيئة معدة لضمان اللعب الحر في حدائق الحضانات.



لقد رسمت بالرمال الملون  
(حضانة المستقبل، كفر الشيخ)