

# العب الأطفال العقلية

من سن 0 إلى 3 سنوات

اعداد: عبدالله العثمان، آمنة الشطي



تعتبر الثلاث سنوات الأولى هي الأهم في بناء شخصية الطفل والأكثر صعوبة خاصة في عدم نطق الطفل في هذه الفترة أو قلة كلماته و صعوبة فهمنا لتعبيره عن رغباته، بعكس السن الأكبر الذي تستطيع الحوار والنقاش معه، هناك كتاب قيم بعنوان "ألعاب العقل" للمؤلفة جاكلي سليبرج، يتميز الكتاب بأنه مزود بصورة لكل لعبة، كل فصل له لون خاص والفصل عبارة عن 3 أشهر من المراحل العمرية للطفل، وتعتبر هذه ميزة لأن أغلب كتب الألعاب للأطفال تقدم اللعبة دون وضع الفئة العمرية الخاصة باللعبة مما يجعل الوالدين في حيرة هل هذه اللعبة تناسب عمر طفلي أم لا ،لذا أثرنا أن نقدم لكم بعض من الألعاب المذكورة في الكتاب، وبرأينا نستطيع أحيانا أن نضيف على الألعاب أو نعدل عليها أو نستخدمها لفئة عمرية مختلفة وذلك حسب نظرنا بتجاوب طفلنا مع اللعبة، الكتاب يذكر كل لعبة وطريقتها وفوائدها العقلية بالإضافة للعبارات والحكم الإيجابية عن الطفولة، ولكننا فضلنا الاختصار في الشرح واختيار أهم الألعاب والمناسب منها لثقافتنا، مع تمنياتنا لكم المتعة والفائدة..

## الألعاب من الولادة إلى 3 شهور

في هذا العمر يحترار الآباء والأمهات في كيفية إقامة الأنشطة للطفل، ويكتفون برعاية الطفل من رضاعة وعناية، ولكن تبدأ رحلة الأنشطة من البدايات المبكرة..

- احتضن طفلك وغن له وأنت تهدهده، ثم قبل أجزاء جسمه كراسه أو أنفه وخده.
- كلم طفلك وامدح أجزاء جسمه، ولكما أردت فعل شي حادثه.
- قم بوضع أصوات طبيعية ليستمع لها طفلك.
- احمل كرة في يديك ثم قم باختفائها وإعادتها لمجال نظر طفلك، حركها ليتابعها بنظره.
- دع طفلك يشاهد تعبيرات وجهك وأنت قريب منه، حاول التحدث مع حركة للشفاه واضحة.
- قرب ابهامك من طفلك ليمسكه وعندما يمسك الابهام قل له عبارة إيجابية مثل: أنت طفل قوي، هذا طفلي الرائع.
- اجعل طفلك يلمس أشياء ذات ملمس مختلف.
- اطوي الأرجل وأعددها للخلف لكن بحذر وأنت تعدد للعشرة، وهذه اللعبة يجدها أغلب الأطفال.
- غن لطفلك بنغمات عاليه ومنخفضة ولا تقلق إن كان صوتاً نشازاً فهو محبب لطفلك.
- استغل فرصة تغيير الحفاض في تقوية علاقتك بابنك عن طريق الابتسام واللعب معه والغناء له وحذار من الاشمزاز فهو يشعر بذلك.
- استعن ببعض الأغاني التراثية فهي جميلة ومحبية
- حاول تأليف أغنيه خاصة بك تغنيها في وقت محدد كوقت النوم مثلا ليعرف طفلك بقرب موعد النوم.
- لاعب طفلك ببعض الألعاب ذات الضوء الملفت للنظر الغير حاد حتى لا يؤذيه.



## الألعاب من 3-6 شهور

- سجل صوت طفلك ثم أعد تشغيله له.
- ألبس طفلك جوربا على شكل شخصية أو حيوان ليكتشف قدماه ويحاول الوصول للعبة.
- قرب بعض الألعاب أو المكعبات من ناظري ابنك ثم ابعدها وقربها.
- امسك يد طفلك لكي يجلس وهذه الحركة مفيدة كذلك لعضلات البطن، وعند وصوله عندك أعطه قبله.(كن حذر ولا تطل في المدة)
- بالإمكان دغدغة باطن كف الطفل، أو عد أصابعه ثم دغدغة باطن الكف.
- حادث طفلك بكلمات قصيرة مختصرة مثل: الجو جميل اليوم؟، أنت سعيد؟، بعدها انتظر ردة فعله، واستمع لهمماته، فهي بداياته الكلامية واستماعك يشجعه للاستمرار واحترام الذات.
- اجعل ابنك واقفا على رجليه وقم بمراقبته يمنا ويسرة مع اغنيات حلوة.
- أنم طفلك على بطنه وقرب منه لعبة بعيدا عن متناول يديه، وحاول أن تحرك اللعبة ثم قربها ودع له فرصة الإمساك باللعبة.
- ضع يديك على باطن رجلي طفلك وادفعهما ثم خفف الضغط لكي يدفع يديك، ولا بأس من العد: 1 ثم ضغط، وهكذا.



## الألعاب من 6-9 شهور

- ضع أمام ابنك بعض الخضار المطبوخة ودعه يغوص في متعة الاكتشاف والأكل لوحده كن حذر من الخضراوات الورقية و عليك بالصلابة.
- ضع المرأة أمام طفلك لتعطيه فرصة اكتشاف نفسه وتحركاته واجعلها لعبة لطيفه.
- قم بإخفاء اللعبة أو الكرة ليقوم ابنك باكتشافها ولكن خبئها أمام ناظريه.
- بإمكانك اللعب بدمى العرائس بوضع يديك داخلها وتحريكها ومداعبة ومحاكاة طفلك من خلالها.
- اخف وجهك بالمنشفة ثم اظهره أو العكس قم بإخفاء طفلك ثم أظهره، هذه اللعبة جدا ممتعة للطفل.
- اخرج اصواتا مختلفة من فمك ليكتشفها طفلك سيحاول تقليدها بالتأكيد

## الألعاب من 9-12 شهور

- ضع لعبة ابنك في صندوق وأغلق الصندوق ليحاول هو فتحه واستخراج لعبته وهكذا عاود وضع اللعبة في الصندوق ليستخرجها.
- بالإمكان استخدام ألعاب الأطفال الموجودة لعدة استخدامات مثل الأطواق مختلفة الأحجام فتقوم برميها أو وضعها داخل اليد كسوار وهكذا تبعد في استخدام ألعابهم.
- ان حاول طفلك اللعب بطريقه مختلفة لا تمنعه فليس بالضرورة تكوين برج من المربعات ممكن اللعب بهم كسيارات مثلا
- لعبة اخفاء اللعبة في مكان معين مسليه أيضا في هذا العمر ولكن بدون ان يعرف أين خبأت اللعبة عكس المرحلة السابقة.
- ليكن طفلك في حرك ومعمك كتاباً به صور واضحة للأطفال، وقل بصوت عال أسماء الأشياء التي تظهر، حاول أحيانا أن تسأله: أين الطفل، أين السيارة، وهكذا ليشير عليها.
- غن أغاني طفلك المفضلة بطرق مختلفة، همسا، بصوت عالي، بنبرة مختلفة، وذلك يساعده على تعلم الكلمات بشكل أسرع وحفظها.

- اختر بعض الكلمات البسيطة وأكثر من تكرارها على طفلك وعندما ينطق الكلمة التي ترددها احتضنه وقبله.



## الألعاب من 12-15 شهور

- لتكن فترة الطعام فرصة لتطوير اللغة لطفلك بترديد أسماء الأطعمة التي يأكلها.
- خذ دمية طفلك وأجلسه أمامك وقم بملاعبة الدمية واحتضانها وشجع ابنك على فعل ذات الشيء مع الدمية، استمتع باللعبة إلى أن يملها ابنك للانتقال لنشاط آخر.
- اقتن لعبة ذات عجلات ليدفعها طفلك لتسهل عملية المشي، بالإمكان العد إلى الثلاثة ثم تقول بصوت عال هيا ادفع.

## الألعاب من 15-18 شهور

- قرب لعبة طفلك من أذنه وتكلم بصوتها، مثل: اللعبة تقول له هيا نلعب.
- العب الكرة مع طفلك ارمه لها واطلب منه أن يعيدها لك.
- اعمل ابراجا من المكعبات مع طفلك.
- وقت قراءة القصة قد يكون صعبا لملل الطفل، استخدم كتابا ملونا وبه صور كبيرة، دقيقتان إلى أربع تعتبر كافية، غير نبرتك ولتكن بطيئة، بإمكان وضع اسمك ابنك بالقصة لتجذب اهتمامه.
- إذا لم ترغب في ذهاب ابنك لمكان أو عدم فعل شيء احتضنه وبصوت هامس أخبره بعدم امكانية الذهاب لهذا المكان والسبب باختصار.



## الألعاب من 18-21 شهر

- شاهد مع ابنك ألبوما مصورا أو كتابا به صور واضحة، حدد صورة معينه مثل صورة لبقرة وتحدث معه عنها وما هو الصوت الذي تخرجه، ثم دعه يختار صورة أخرى ليتحدث عنها.
- مارس مع ابنك لعبة تركيب المكعبات ليصنع جبلا أو شكلا.
- في الصندوق قم بوضع أحد الألعاب واسأل ابنك أين هو الأرنب ودعه يستخرجه، وهكذا ثم اسم لشي آخر.
- العب مع ابنك لعبة الأفعال، حيث تذكر فعلا وحاولا تنفيذه معا مثل: اقفز، اركض، ارفع يديك، اصرخ، وهكذا.
- العب مع ابنك لعبة القطة والفأر، حيث تمثل أنت الفأر وتهرب منه حبوا وهو يلاحقك وهو يخرج صوت القطة ويلاحقك، ثم تبادلا الأدوار.
- اجعل ابنك يشاهد صورة حيوانا وأسمعه صوت هذا الحيوان ثم انتقل للحيوان الآخر، بإمكان استخدام حركة الحيوان مثل السمك، استعمل معه حيوانات مألوفة ثم أضف حيوانات جديدة وأصواتها.

## الألعاب من 21-24 شهر

- اجمع بعض الملابس المختلفة وشجع ابنك على ارتدائها، وتحدث معه ، فمثلا البس قبعة وقل له كيف حالك يا سيد فلان ( اسم طفلك ).
- خذ أحد العابه المفضلة ومثل بها واجعل اللعبة تحادثه وشجعه على المحادثة وتبادل التمثيل والحوار.
- وزع عدة العاب في الغرفة ثم ابدأ بكلمات مختلفة ليشارك ما تسميه، أمثلة: شاهد الضوء، أين الدب؟، انظر جهة اليمين، انظر للأعلى، انظر للأسفل.



## الألعاب من 24-27 شهور

- اجلس مع ابنك وشاهد مجلة بها صور وجوه ثم اكتشف معه الوجوه المبتسمة، الوجوه الغاضبة، ما هي الوجوه التي تشابه شعور ابنك.
- هذه اللعبة ممتازة ليكتشف الطفل أجزاء جسمه وينمي قدرة الملاحظة لديه، قل لطفلك أن يقفز إذا كان مرتديا حذاءه، اسأله هل ترتدي حذاءك أرني إياه؟ إذا كنت ترتدي الجوارب قم بالتصفيق.
- قم بتعليم ابنك كيفية التحكم باللعبة مثل التصفيق أو رفع اليد وخفضها، القفز وهكذا.
- قم بالإسرار لابنك باذنه، قل له كمثال: صفق يديك، ثم شجعه أن يحدثك بنفس الطريقة، الهمس يساعد الطفل على الاستماع للاصوات المنخفضة ويتعلم التحكم في صوته.
- عند تناول الفاكهة حدث ابنك عن الفاكهة هل لها أوراق أو جذور، وبعد ذلك انسج قصة من تأليفك عن الفاكهة، مثال: في أحد الأيام أتت التفاحة لتلعب مع ( اسم ابنك )، وقالت له بأني سعيدة أن أكون معك، ولكني أشعر بالوحدة هل نستطيع أن ننادي فاكهة أخرى لتتضم معنا وتلعب، ثم تتصل التفاحة على البرتقالة وتدعوها للحضور، وهنا تحضر البرتقالة وتكمل القصة وتساءل ابنك عن الفاكهة التي يرغب بانضمامها.
- بإمكانكم اللعب بالإشارات حيث يرمى عاليا إلى أن يسقط على الأرض، أو الدوران وأنتم حاملين الإشارات، يتمتع الأطفال بهذه اللعبة.

## الألعاب من 27-30 شهور

- العب مع ابنك لعبة إعادة الكلمات فتقول الجملة وآخر كلمة تعيدها ثلاث مرات، وكمثال: هل ترغب بتناول التفاح التفاح التفاح، شجع ابنك على استخدام جملته المفضلة وترديد الكلمات.
- هذه اللعبة معروفة ولكنها ممتعة للأطفال، استمر بدندنة صوت معين ، وفجأة توقف وقل كلمة "توقف"، وعلى الطفل أن يتوقف بناء على الحركة التي كان فيها.
- تظاهر بأنك تشرب الحليب من كأس خال، ثم شجع ابنك على بعض الأفعال الخيالية مثل: غسيل الوجه، تفريش الأسنان، تمشيط الشعر.
- عندما تروي القصة لابنك ليكن اسمه في القصة ولكن عندما تصل للحديث عن اسمه دعه يقول اسمه بصوت عال.
- العب لعبة التركيب مع ابنك وقم ببناء بنيان صغير كنموذج ودعه وابداعه.

## الألعاب من 30-33 شهور

- العب مع ابنك لعبة التوقعات حيث تخبره بأن الآن وقت غسل اليدين ثم تسأله ماذا تتوقع أن نفعل بعد ذلك؟.
- العب مع ابنك لعبة الكنز وكذلك باخفاء بعض المقتنيات بالحديقة وعليه اكتشاف مكان اخفاءها.
- هذه اللعبة ممتازة لمهارات التفكير لدى الطفل وهي لعبة الترتيب، انثر الألعاب على الأرض وابدأ ببعض الأنشطة التفكيرية مثل: أين اللعبة التي فيها عجلات؟ ما هي الألعاب التي فيها اللون الأصفر؟ ما هي الطريقة التي سنرتب بها الألعاب؟.
- هذه اللعبة تصلح عندما تكونون في الخارج فعلى سبيل المثال عندما يشاهد طفلك شجرة أو شي أسأله أسئلة اضافية تدعوه للتفكير مثل: ما لونها؟ ما هو حجمها؟ هل هناك أكبر منها؟ كيف تبدو أوراقها؟

## الألعاب من 33-36 شهور

- يحب ابنك في هذا السن المساعدة خاصة في الأمور الحقيقية، دع ابنك يساعدك في اعداد لسته المشتريات ثم ليكون مساعدك أثناء الشراء وبعد العودة دعه يساعدك في الترتيب واختيار الأصناف ووضعها في مكانها.
- احضر سلة ومجموعة من الألعاب وعلى طفلك أن يضع الألعاب ويرتبها بحيث تكفي وضعها جميعها في السلة.

### الخاتمة

وبذلك نتمنى أن يكون التلخيص مفيدا وممتعا، ونفترح طباعة الألعاب الخاصة بسن ابنك والإضافة عليها أن أحببت فتكون لديك قائمة بالألعاب التي ستمارسها مع ابنك في أوقات العطل والفراغ.



مع تحيات  
عبدالله العثمان  
آمنه الشطي