

النمو والصحة البدنية

<https://www.easternct.edu/center-for-early-childhood-education/physical-and-outdoor-play/incorporating-motor-play-in-the-preschool-classroom.html>

أفكار المعلم

المهارات الحركية الكبرى

- لعبة المظلات – يُمسك الأطفال بالمقابض ويحاولون تحريك كرات بأحجام مختلفة لأعلى ولأسفل. ثم يقررون معًا هدفًا لاستخدام المظلة.
- التنبؤ بمدى قدرتنا على القفز والرمي باستخدام الخيوط المغزولة. وتقدير عدد القفزات اللازمة للانتقال من مكان إلى آخر.
- التحرك مثل الحيوانات (بتوجيه من المعلم ثم اقتراحات الأطفال). استخدم بطاقات صور أو حركة الحيوانات أو بطاقات وضعيات اليوجا للحيوانات. والتحرك مثل الشخصيات من خلال القراءة بصوت عالٍ.
- لعبة فريز (التوقف دون حركة): يتحرك الأطفال على أنغام الموسيقى وهم يحملون كيسًا من الفاصولياء على رؤوسهم. ويتوقفون دون حركة عندما تتوقف الموسيقى. إذا أسقطوا كيس الفاصولياء، فيمكن لصديق مساعدتهم في وضعه على رؤوسهم مرة أخرى.
- أكياس الفاصولياء المرقمة/المنقطة - ارم نرد كبير واختر كيس الفاصولياء المطابق لإلقائه في سلة المهملات.
- باستخدام حبل على الأرض، يتناوب الأطفال على التحرك على طول الحبل بطرق مختلفة.
- اصنع مسارًا للعقبات أو حلقات الهولا هوب لاستكشاف ما هو فوق وتحت وداخل وخارج وبين ألعاب تعاونية.

المهارات الحركية الدقيقة

- ملقط خشبي في طاولة الحواس مع كرات الصوف وشفاطات باستر في طاولة المياه مع الحاويات.
- الرسم بزجاجة الرش.
- أقلام تلوين وفُرش سميكة ورقيقة.
- أقفال ومفاتيح.
- ملابس في منطقة اللعب الدرامية ذات سحابات وأزرار كبيرة وصغيرة. حبل غسيل مع مشابك غسيل. مشابك شعر مع دُمى.
- التلوين بمسحات قطنية.
- القياس والسكب والتقليب لمشاريع الطهي.
- التلوين بفُرش طلاء مختلفة الأحجام.
- الرسم بالطباشير في منطقة خارجية.
- وحدة "النمو" - يغرف الأطفال التربة في أواني صغيرة للنمو، ويزرعون بذورًا صغيرة بأصابعهم.
- تمزيق الورق وقطعه.
- ربط البطاقات.

التغذية والصحة والسلامة

- التدرب على غسل اليدين من خلال الاستعانة بالصور والتذكيرات اللطيفة.
- لَوْن أيدي الأطفال واطلب منهم التدرب على كيفية التخلص من "الجراثيم".
- التدرب على تفريش الأسنان وزيارة أخصائي صحة الأسنان.
- دُمى لمساعدة الأطفال على فهم كيفية الحفاظ على سلامتهم في الداخل والخارج.
- اقرأ كتاب "Eating the Alphabet" (أكل الأبجدية) للكاتبة لويس إهلرت. من خلال العمل في مجموعات صغيرة، يستخدم الأطفال كل حواسهم لاستكشاف الفواكه والخضروات بألوان مختلفة.
- أنشطة الطهي باستخدام مكونات صحية.



- طالع أجزاء من "No Dragons for Tea: Fire Safety for Kids and Dragons" (لا توجد تنانين لحفل الشاي: السلامة من الحريق للأطفال والتنانين) للكاتبة جين إي بندزويل. ثم ساعد الأطفال على تذكر نصائح السلامة من الحريق والتدرب عليها.

