

أمسية رمضانية لأطفال الأماكن الصديقة تنظمها جمعية أبي موسى الأشعري بالحديدة

حيث تخللت الأمسية فقرات فنية (أناشيد - شعر - اسكتش) ومسابقة وكلمات خطابية منها كلمة للمشرفين وكلمة لأطفال الأماكن الصديقة . وفي ختام الأمسية تم توزيع العديد من الجوائز والهدايا للأطفال المبدعين والمشاركين في فقرات الأمسية.

العديدة/منايعات : نظمت جمعية أبي موسى الأشعري الاجتماعية الخيرية بتمويل من منظمة اليونيسيف أمسية رمضانية لأطفال الأماكن الصديقة في الأسبوع الماضي ضمن مشروع المساحات الصديقة للأطفال في مركز الرضوان بحارة الربصة - مديرية الحوك حضرها (285) طفلاً وطفلة



قوس قزح

إعداد / محمد فؤاد

الخجل عند الأطفال أسبابه وعلاجه

الأطفال يزداد خجلهم بسبب قلة التدريب والحاجة إلى التغذية الراجعة من الآخرين



التدريب المبكر للأطفال فردياً وعلى شكل مجموعات يجعلهم يشعرون ميولهم ويتفاعلون مع الآخرين

بعض الآباء يظهرون قلة اهتمام بأطفالهم فيشعرونهم بالدونية والنقص

ويمكن أن يتم تقسيم التدريب الاجتماعي إلى الخطوات التالية:
أ. التعليم، ب. التغذية الراجعة، ج. التدريب السلوكي، د. التمثيل ولعب الدور.
4. تشجيع التحدث الإيجابي مع النفس: فإن أحد المظاهر المدمرة للطفل أن يعتقد في ذاته وشخصيته الخجل، ويؤكد لنفسه أنه خجول ولا يستطيع الاتصال بالآخرين، لذا يجب أن نعلم الأطفال أن الخجل والناس وهو ليس ملازماً لهم، وأنه يمكن مقاومته بالتدريب على سلوكيات جديدة، تؤدي إلى إمكانية زيادة الاتجاهات الإيجابية وتحسين الاتصال مع الآخرين.

7. التهديد: وقت أن يهدد الآباء الأطفال، وينفذون تهديداتهم أحياناً، ولا ينفذونها أحياناً أخرى، يصبح لدى الأطفال رد فعل على التهديدات المستمرة بالخجل كوسيلة لتجنب إمكانية حدوث هذه التهديدات.
8. أن يلعب بالخجل: حتى لا يتقبلها الطفل كصفة لازمة له ويحاول أن يبرهن أنه كذلك، بحيث يصير التحدث السلسي مع النفس شيئاً مألوفاً.
9. المزاج والإعاقة الجسدية: هناك أطفال يبسون خجولين منذ ولادتهم، وبذلك يكون الخجل وراثياً، كما أن بعض الأطفال يكونون مزعجين هادئين، وهذا النمط قد يستمر سنين من حياتهم، والإعاقات الجسدية غالباً تسبب الخجل ومنها ما له علاقة بصعوبات التعلم أو مشاكل اللغة التي تؤدي إلى انسحاب الطفل اجتماعياً.
10. النموذج الأبوي: والآباء الخجولون غالباً يكون لديهم أطفال خجولون، فبغض النظر عن أسلوب حياة الخجل كما يرى والديه، واتصالاتهم بالمجتمع قليلة جداً.

إن الأطفال الخجولين دائماً يتجنبون الآخرين وهم دائماً في خوف وعدم ثقة ومهزومون، مترددون يتجنبون المواقف وينكمشون من الألفة أو الاتصال بغيرهم، وهم يجدون صعوبة في الاشتراك مع الآخرين، والشعور المسيطر عليهم هو عدم الراحة والقلق، وهم دائماً متململون ويتهربون من المواقف الاجتماعية.

والخوف من التقييم السالب عندهم غالباً ما يكون مصحوباً بالسلوك الاجتماعي غير المتكيف، وهم لا يشاركون في المدرسة، أو في المجتمع، ولكنهم ليسوا كذلك في البيت، والمشكلة تكون أخطر إن كان هؤلاء الأطفال خجولين في البيت أيضاً.

عرض /محرر الصفحة

إلى التغذية الراجعة من الآخرين.
2. الحماية الزائدة: حيث أن الأطفال الذين تغمرهم الحماية الزائدة من الوالدين يصبحون غير نشيطين ولا يعتمدون على أنفسهم وذلك بسبب الفرص المحدودة لديهم للمغامرة كونهم قليلي الثقة بأنفسهم، لا يتعاملون مع بيئتهم أو مع الآخرين، ولذلك يتولد الشعور بالخجل والخوف من الآخرين.
3. عدم الاهتمام والإهمال:

أسباب الخجل:

- الشعور بعدم الأمان: الذين يشعرون بقلّة الأمان من الأطفال لا يستطيعون المغامرة، لأن الثقة تنقصهم، وكذلك الاعتماد على النفس، وهم مغرورون مسبقاً بعدم الشعور بالأمان وبالابتعاد عن المربكات، فلا يعرفون ما يدور حولهم بسبب موقفهم الخائف، ولا يمارسون المهارات الاجتماعية ويزداد خجلهم بسبب قلة التدريب والحاجة

ابجد هوز



الإنصات للأطفال

عندما يكون الأطفال في حاجة إلى التعبير عن أمور تخصهم يجب على الآباء

والأمهات أن يولوهم جل اهتمامهم ويحاولوا إدراك وجهات نظرهم .

كان بإمكان فتى الحقول

سارة عادل محمود

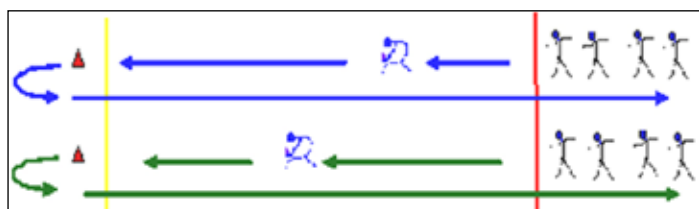


كانت سوسن في الثانية عشرة من عمرها، تدرس في الصف السابع الابتدائي، وتهوى كتابة القصص وخصوصاً قصص الأطفال وهي أيضاً متفوقة بدراساتها. وذات يوم أقامت المدرسة مسابقة في القصة القصيرة، فبادرت بالمشاركة، وكتبت قصة جميلة جداً قدمتها للمدرسة، وفي يوم المسابقة طلبت إدارة المدرسة من الطالبات قراءة قصصهن، فقرأت كل طالبة قصتها، وعندما حان دور سوسن وقفت على المسرح وقالت: بسم الله الرحمن الرحيم، أتمنى أن تثار هذه القصة إعجابكم، وهي بعنوان (فتى الحقول) اسمعوها:
في بلدة جميلة مليئة بالحقول والمروج والمرعى والجداول والأنهار والبحيرات الصغيرة، وتتمتع بهوائها العليل، وسكانها الذين يعيشون بحبة ووثام، كان هناك ولد في الثانية عشرة من عمره يدعى عمر يعيش مع والدته في منزل صغير.
كان يدرس في الصف السادس، وهو ولد مهذب وذكي، وعندما أكمل دراسته أرسلته والدته إلى المدينة ليكمل دراسته فيها لأن بلدتهم ليس فيها دراسة بعد الصف السادس.
وعندما وصل إلى المدينة التحق بالمدرسة، كان مهذباً جداً، أحبه المدرسون، أما زملاؤه الطلاب وأحبهوا واعتذروا منه لما بدر منهم من سوء أدب لفتى الحقول أن يدرس معنا! أنك لا تعرف شيئاً سوى رعي الأغنام ويضحكون، وعمر كان يحزن كثيراً ويقول في نفسه سوف أفتب عكس ذلك تماماً.
فكان يذكر بجد واجتهاد، ولا يكثر بما يقولوا له الطالبة حتى جاء الامتحان، دخل الامتحان وتفوق وحصل على المركز الأول، بعد ذلك أحترمه جميع الطلاب وأحبهوا واعتذروا منه لما بدر منهم من سوء أدب فقبل اعتذارهم وقال لهم: اسمعوا مني هذه النصيحة (لا تحكموا على الشخص من هيئته أو من البيئة التي يعيش فيها بل احكموا عليه من أخلاقه) قالوا له: صدقت يا عمر ثم تصافحوا وعادوا أصدقاء.
وعندما بدأت العطلة الصيفية عاد عمر إلى والدته وحكى لها ما حصل له بالمدرسة وما لقي من الطلاب من سخرية واستهزاء وكيف اعتذروا له وكيف هو قبيح ذلك الاعتذار وما هي النصيحة التي قدمها لهم، فرحت الأم بذلك كثيراً.
وعندما أكملت سوسن القصة صفق لها الجميع، وحازت على الجوائز الكثيرة وقدمت لها الهدايا والشهادة التقديرية، فرحت سوسن بذلك وعادت إلى المنزل وأخبرت والديها فأقاموا لها احتفالاً كبيراً.

من مجموعة زائل الظل

سباق حمل الكرة

اللعاب بدئية



يقسم الفصل إلى أربع قاطرات متساوية ومع كل قاطرة كرة طبية ويحدد خط بداية وخط نهاية وعند الإشارة يجري الأول من كل قاطرة حاملاً الكرة ذهاباً وإياباً ثم يتسلّمها الذي يليه وهكذا والقاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة.

صباح الخير

الخطوات الذكية لإقناع الأطفال بالأغذية الصحية



عرض /محمد فؤاد

إن الأطفال هم روح الأسرة.. أملها ومستقبلها.. الدم الجديد الذي يجري في عروقها ليصبح جيلاً يافعاً يخدم دينه ومجتمعه وأسرته. والأم غالباً هي الشخصية المنوطة بالعناية الصحية بالأبناء والقيام على إعداد الطعام وتقديمه لهم، وهي تحاول جاهدة أن تقدم لهم الأطعمة الغنية بكل مواصفات الغذاء الصحي، ولكن هل يطاوع الأبناء في ذلك؟ وغالباً ما يستجيب الطفل لأي شيء يرضي طموحه وأهواءه، إلا أن إقناعه بتناول الطعام الصحي السليم ليس بالأمر السهل !!

فالأطفال تجذبهم أصناف الحلوى المغلفة، والشيكولاتة، والآيس كريم، كما تجذبهم السلع الغذائية الشبيهة المختلفة بالوان أغلفتها الجذابة، التي تنال في الغالب نصيباً كبيراً من الدعاية الموجهة لهم - للأطفال - خصوصاً. ولكن الأم الذكية برغبها الأكيدة في توصيل النافع والمفيد من الغذاء لأبنائها: تستطيع أن تتبكر الحيل والأساليب الذكية لإقناع أبنائها بالغذاء الصحي.

وعليها أن تستعين بالله تعالى، وأن تتحلى بالصبر والمرونة حيث أنها تتعامل مع أطفال صغار قد لا يدركون جيداً البعد الانتقاعي الغذائي في تناول الطعام.

واليك عزيزتي الأم .. مجموعة من الخطوات ذات الأثر الإيجابي التي تعينك في مهمتك:

1 - دعهم يشاركون: هذه أفضل طريقة لتثير أطفالك وتجعلهم يتناولون الأطعمة الصحية، وهي أن تجعلهم يشاركون في قرار اختيار طعام العائلة، وهذا يتضمن ذهابهم مع الأب والأم للتسوق، واتاحة الفرصة لهم في اختيار الأطعمة بأنفسهم، ثم ارتكيزهم يساعدونك في رص الأطعمة المختلفة (خضرا - فاكهة - أطعمة جافة) في أماكنها وأنت تبينين لهم أثناء ذلك فوائد كل صنف بأسلوب مرح ومتحمس.

2 - الطفل ينمو على التقليد: إنها حقيقة تربوية يدركها كل من مارس تربية الأطفال، لذلك اجعليهم يقلدونك في سلوكك الغذائي السليم، وأتيجي لهم الفرصة ليشاهدوك وأنت تتناولين الفاكهة الطازجة أمامهم بكثرة وتظهرين استمتاعك بها، أو تحرصين على إعداد وتناول طبق السلطة مع كل وجبة غذاء، إن حالة الاستماع التي تظهرينها أثناء ذلك تجذبهم بشدة وتجعلهم يقلدونك في تناول الفاكهة والاستماع بها أيضاً.

3 - خفي ما يتناوله من حلوى: عند إعطائك الطفل علبه حلوى، حاولي أن تفرغي نصف محتوياتها، واقعلي ذلك كلما اشتريت له شيئاً، إن ذلك سيخفف من ضرر هذه المأكولات عليه، وسيعوده على عدم الاكتراث بها.

4 - أظهري استيائك: وذلك كلما أعطيت طفلك لونا من الحلوى أو المأكولات الصناعية التي يطلها، فإن ذلك سيرسخ في نفسه وذهنه أن هذه المأكولات رديئة وغير مفيدة.

5 - اغتنمي فرصة شعورهم بالجوع: ومن أفضل هذه الأوقات عند رجوعهم من المدرسة فينجدون ليدهم استعداء تام لتناول أي شيء تقدمينه لهم، فخذنا لو قمت بتجهيز طبق من الفاكهة أو الخضروات المقطعة وقدمته لهم ريثما ينتهي إعداد طعام الغداء!

6 - قدمي لهم الطعام بطريقة مرحة: حاولي أن تجعلي تناول الطعام بالنسبة لهم عملية شيقة ومرحة، قومي مثلاً بتقطيع الفاكهة وترتيبها بشكل جذاب في الطبق، ويا حبيدا لو قدمتها في طبق عليه صور لأنواع من الفاكهة، وأنت أثناء ذلك تكلمينهم بأصوات مرحة على لسان الطعام نفسه وهو يطلبهن أن يأكلوه بسرعة، أو بخمن:

من الذي ينتهي من طبقه أولاً وتكون له جائزة؟ وهكذا.

7 - لا للحلويات بعد الأكل! لا تقدمي الحلويات بعد الأكل على الإطلاق حتى لا يتعود أبنائك على هذه العادة غير الصحية.

8 - كوني حازمة: إذا رفض أطفالك تناول الطعام الطبيعي فلا تستبدلي به طعاماً مصنعاً كالحلوى والآيس كريم، ولا تتلقى فإن الأطفال إذا ضغط عليهم الشعور بالجوع فيستناولون أي طعام يرونه أمامهم.

9 - الأطعمة اللينة وتورث الفاكهة: الأطعمة اللينة أو المهروسة تعتبر من الطرق السهلة لإدخال الفاكهة في طعام أطفالك، فاصنعها بنفسك وقدميها لهم، كما يمكنك أن تخلطي الفرولة مع الموز وتضفي إليها الحليب والزبادي المثلج لإضافة المزيد من الكالسيوم واعطاء القوام الكريمي المحبب للأطفال.

10 - بعض الأغذية مغذية أكثر مما تتصورين: تذكري أن الطعام ليس محصوراً في السلطة والفاكهة فقط، فمثلاً: ساندوتش من الفول السوداني مع كوب من الحليب يفي بحوالي نصف الكمية اللازمة للطفل من الجيوب والبروتين ومنتجات الألبان.
11 - كوني قذوة حسنة: مثلاً تراعين كل الطرق لجعل أطفالك يأكلون طعاماً صحياً، فتذكرتي أنك يجب أن تتناولتي الطعام الصحي، فإذا كنت تأكلين كثيراً من الأطعمة غير الصحية وكان غذاؤك سيئاً، فلا تلومهم بعد ذلك إذا قلدوك، أما إذا حرصت على البدء بنفسك في تناول الصحي والمفيد من الأطعمة، فستراكي أعينهم وتتعلق نفوسهم بسلوكك، ثم لا يلبثون أن يقلدوك في تناول الطعام وغيره من العادات الحسنة التي تحرصين على تعميمها لهم.

اتفاقية حقوق الطفل



المادة (52)

يجوز لأي دولة طرف أن تنسحب من هذه الاتفاقية بإشعار خطي ترسله إلى الأمين العام للأمم المتحدة. ويصبح الانسحاب نافذاً بعد مرور سنة على تاريخ تسلم الأمين العام هذا الإشعار.