

תאליף: מارتן סומר | ترجمة: سوسن كردوش قسيس
 رسوم: مارتن سومر
 הוצאה
 الفئة العمرية: البستان



שיחה

نتحدث حول

- استعمال الشاشات: قد نسأل أطفالنا: لماذا برأيكم منع الاهل راني من مشاهدة الشاشة بكثرة؟ كيف يؤثر علينا النظر المتواصل للشاشات؟ وكيف نشعر حين يجلس أهلنا معنا وهم مشغولون بالشاشة؟
- البدائل للشاشات: اقترح والد راني على ابنه أنشطة بديلة. نتحدث مع طفلنا حول أمور يحب أن يقوم بها لوحده ومعنا، وندرجها في برنامجنا الأسبوعي.
- الشعور بالملل: نتحدث مع طفلنا حول الأوقات التي يشعر فيها بالملل. ما الذي يساعده للتغلب على هذا الشعور؟ نشارك طفلنا بشعورنا بالملل وكيفية التعامل معه.



קריאה

نتواصل

נقلל מן وقت אנשגאלנא بالشاشات ونلعب مع أطفالنا. قد نقرأ معاً كتاباً شيقاً، أو نخرج في نزهة، أو نستمع إلى الموسيقى، أو نحضّر وجبة شهية. سيكون رائعاً إذا خصصنا وقتاً أسبوعياً ثابتاً لهذه الأنشطة.

- נساعد طفلنا في إعداد رُزنامة أسبوعية، يرسم فيها أيقونات ترمز إلى أنشطة يحبّ أن يقوم بها لوحده أو مع أصدقائه وأفراد عائلته. حتماً سيفخر حين يراها معلقة على الثلاجة في المطبخ!
- يمكن أن نصوغ مع أطفالنا اتفاقية حول مدة وكيفية استخدام الشاشات في البيت، ونلتزم بها كعائلة.

- نستكشف تطبيقات في هاتفنا المحمول لألعاب عائلية ممتعة.

נבחר مع أطفالنا عن فوائد وسلبيات استعمال الشاشات لفترات متواصلة.

- استخدام الشاشات: نسأل الأطفال عن مدى استخدامهم واستخدام أهلهم للشاشة. هل تستخدمون الشاشات كثيراً؟ هل يستخدم أهلکم الشاشات كثيراً؟ هل يعجبکم ذلك؟
- ضرر الشاشات: نسأل الأطفال عن رأيهم: هل الشاشات مضرّة أم مفيدة؟ لماذا؟ ماذا يمكن أن يحدث إذا شاهدنا الشاشات بكثرة؟
- الامتناع عن الشاشات: حاول والد راني أن يبعده عن مشاهدة الشاشات. نسأل الأطفال عن رأيهم: ماذا يمكن أن يحدث إذا امتنعنا عن مشاهدتها؟ هل يمكن أن نمتنع عن الشاشات بشكل تام وألا نستخدمها في حياتنا؟
- الشعور بالملل: نتحدث مع الأطفال حول الأوقات التي يشعرون فيها بالملل. ما الذي يساعدهم في التغلب على هذا الشعور؟ نشارك طفلنا بشعورنا بالملل وكيفية التعامل معه.



תְּוָסֵל

תְּוָסֵל

יום מְשֻׁרָק וְאַתְּוָקִיָּה: נְעֵד יוֹמָּא מְשֻׁרָקָא לְאַמָּהָת וְאַלְטָלָל בִּי הַבִּסְתָּן. נְחַזֵּז אַנְשֻׁטָה תְּעֻנִי עֵלָקָה אִמָּם בַּלְטָל וְתִתִּיח הַתְּקָרָב וְהַתְּוָסֵל. נְעֵד אִזְוָא עֵלְטָא עֵלְטָא לְאַמָּהָת עֵלְטָא עֵלְטָא בַּלְטָלָהָ וְתוֹגְהָהָ נְחֵז אַנְשֻׁטָה מְשֻׁרָקָה בְּדִילָה עֵל הַשָּׁשָׁהָ. מְמֵלָה: נְסָנְד הָאָהֵל עֵלִי בְנֵא אַתְּוָקִיָּה מְשֻׁרָקָה בֵּינָהֶם וּבֵינ הָאָלְטָל, וְנְעֵד רְזָנָמָה אִסְבּוּעִיָּה לְאַנְשֻׁטָה מְתוּעָה. יוֹקַע הָאָהֵל וְהַלְטָל עֵלִי הַאִתְּוָקִיָּה, וְעֵלְקוֹנָהָ בִּי מְקָן מְרִיָּי בִּי הַבֵּיִת וְיִלְתְּמוֹן בָּהָ.



סְרִטוֹנִים

נְתְרִי לְעֵתָנָא

הַתְּעִיבֵר הַשְּׁפֵהִי וְהַתְּעִיבֵר בַּרְסָם: אַחִיָּתָא, יִמְנְעָנָא הָאָהֵל מִן הַקִּיָּאָם בְּאִשְׁיָא נְחִבָּהָ. נְדַעו הָאָלְטָל לִיפְקָרוּ בְּרִסָּלָה יוֹדוֹן תוֹגִיָּהָ לְאַהֲלָהֶם וְעֵבְרוֹן בִּיָּהָ עֵל מְשָׁעֵרָהֶם חֵיָּל זֶלֶק. נְעֵבֵר עֵל אַפְקָרָנָא בַּרְסָם וְנִשָּׂרָק הָאָהֵל בְּמָא רִסְמָנָהָ.



חֶקֶר

נְסִתְקִשֵׁף

הָעֵלָב שְׁעִיָּה: נְסָל אֲהֵלְנָא וְאַגְדָּדָנָא עֵל אֲעָבֵב אַגְתְּמָעִיָּה שְׁעִיָּה כָּאִנּוּא יִלְעִבוֹנָהָ בִּי הַלְטוֹלְתָהֶם, וְנְדַעו הָאָוֶדְקָאָה בִּי הַשֵּׁפֶף לְנַחְרָהָ וְנְתְמַע בָּהָ מְעָ.



בְּצִיָּרָה

נְבַדַע

וִרְשָׁה פְּנּוֹן בִּי הַשֵּׁפֶף: נּוֹקֵר הַמוֹד לְלוֹרְשָׁה, מִתְּל הָאָלוֹאֵן וְהַחָמָת מְחֵלְפָה, וְנִסְנַע נְזָרָתָה בְּאִשְׁכָּל מְחֵלְפָה חֲסִב אַחְתִּיָּבָר וְתַפְצִיָּלָת הָאָלְטָל. נְלַעֵב מְעָ וְנַקְצִי וְקָתָא מְסִלָּא בְּעֵידָא עֵל הַשָּׁשָׁהָ.

עוד פעילויות באתר ספריית פיג'מה www.pjisrael.org