

الفصل 5

نشاطات للطفل الرضيع (من الولادة إلى 6 شهور)



لا يبدو أنّ الطّفة الرضيعة تفعل الكثير عادةً؛ إذ تقضي أغلب وقتها في الأكل والنوم والراحة. لكن بالرغم من أنها قد لا تبدو واعية لبيئتها المحيطة، فهي قد بدأت تتعلّم عن عالمها. وهي تفعل ذلك باستعمال حواسّها: السمع، اللمس، الشمّ، التذوّق، والنظر. الطّفة الرضيعة المكفوفة أو التي لا تُحسّن الرّؤية تبدأ التعلّم أيضًا حالما تولد. لكنّها تحتاج إلى مساعدتك لتعريفها على العالم الذي لا تستطيع رؤيته.

يُمكن أن تُساعدني بإتاحة العديد من الفرص لها
لتستمع، وتجسّ، وتشمّ. شجّعها على
الاستكشاف واللعب.



إذا لم تستطع الطّفة الرضيعة رؤية
اللعب أو وجوه الناس، فهي لن تعرف أنّ
هناك عالمًا مثيرًا للاستكشاف.



إنها تحتاج إلى مساعدتك حتى تكتشف ذلك.

تكلّمي مع طفلتك الرضيعة وأنتِ تقومين بنشاطات معها. حتّى إذا اعتقدتِ أنّها أصغر من أن تفهم الكلمات التي تقولينها، تذكّري أنّ الاستماع إلى صوت شخص هو إحدى الطرق الرئيسية التي سنتعرّف بها على العالم. لمزيد من المعلومات عن التّواصل مع طفلتك الرضيعة وأنتِ تقومين بهذه النشاطات، انظري فصل "التّواصل" في صفحة 45.

يكاد يستطيع فيكتور
الجلوس لكنّه ليس قوياً
مثل ماجد. كنت قلقة
من كف بصره في بادئ
الأمر، لكنّه حقّق نمواً
كبيراً بطريقة الخاصة.
وهو يعرف صوت أخته
أيضاً. ويُريدها دائماً أن
تمسكه حينما يسمعها
في مكان قريب.

أليس عجيّباً كيف يتغيّر الأطفال في شهورهم
القليلة الأولى؟ انظرنّ إلى ماجد: إنه يتلفت إلى
كُلّ شيء. عندما تدخل أخته الكبيرة إلى
الغرفة، يجلس ويمد يده إليها لتمسكه.

إريني صغيرة الحجم جداً.
إنها تنام وترضع، ثمّ تنام مرة
أخرى.



النشاطات

تتقسم النشاطات في هذا الفصل إلى جزأين: للأطفال الرضع من الولادة إلى عمر 3 أشهر
وللأطفال الرضع من عمر 4 إلى 6 أشهر. هذه هي الأعمار التي يُمكن للرضع فيها أن يبدأوا
العمل على المهارات الموصوفة هنا. لكن تذكرُوا أنّ الأمر قد يستغرق شهوراً من الطفل الصّغير
ليتعلّم مهارة جديدة. لذا فقد يُستحسن العمل على عدد قليل من المهارات في المرة الواحدة. وتذكروا
أنّ كلّ رضيع سيَتعلّم بسرّعه الخاصّة.

من الولادة إلى عمر 3 أشهر

في الشهور الثلاثة الأولى من الحياة، يُمكن أن يتعلّم الرضيع أن:

- يميّز الأصوات المألوفة.
- يميّز الاختلاف بين الروائح.
- يصدر أصواتاً غير البكاء.
- يكتشف يديه وقدميه.
- يرفع رأسه.
- يلمس الأجسام ويمسكها.
- يتمتّع بأنواع مختلفة من اللمس.
- يهدّي نفسه بنفسه.

◀ لِمُسَاعَدَةِ طِفْلِكَ الرَضِيعة أَن تَتَعَلَّمَ الثِقَة بالناس وبيئتها المحيطة الطِّفلة البصيرة تتعلّم أنّ بعض الأصوات واللمسات والروائح تصدر عن الناس أو الأجسام المختلفة. يُساعدها هذا أن تفهم العالم، وتُشعر بالأمان فيه، وتُريد استكشافه. لكنّ الأصوات واللمسات والروائح من شأنها أن تُخيف الطِّفلة الكفيفة لأنها تبدو كما لو كانت تأتي من حيث لا تعلم. لذا فهي تحتاج إلى مساعدة إضافية لفهم بيئتها المحيطة وللشُّعور بالأمان فيها.

نعم، أنا أبوك! هل تشعرين
بشاربي؟



تستطيع، أيها الوالد، أن تُساعدها لتفهم من أين تأتي الأصوات والأشياء التي تبدو مختلفة. ساعدها أن تعرف أنّ استكشاف هذه الأشياء يمكن أن يكون مُسليًا.

نظرًا لأنّ طفلتك الصَّغيرة قد لا ترى ما يوشك أن يحدث، فهي تحتاج إليك لتخبرها بما سيحدث. على سبيل المثال:

يا فاطمة، سأزيل
حفاضتك المبتلة الآن.



ساقها.

المسي ساقها بلطف قبل تغيير حفاضتها (كافولتها). أخبرها بما تُوشك أن تفعله. وسرعان ما ستتوقع ما سيحدث عندما تُحسّ بلمستك على

يا سميرة، أنا سألتقطك.



المس كتفها بلطف قبل التقاطها. وأخبرها بما أنت موشك على عمله. وسرعان ما ستعلم معنى لمستك.

◀ لتشجيع طفلتك الصَّغيرة على التجاوب مع الناس والأصوات أبقِ طفلتك الصَّغيرة بالقرب منك متى استيقظت. تكلم معها - في أغلب الأحيان - لتخبرها بأنك قريب منها. فنتعلّم تمييز صوتك والتجاوب معه.



رضاء، هل تسمعين تلك الضوضاء؟
أنا أحش الحنطة (القمح).

شجّع أفراد العائلة على الكلام معها عمّا يعملون. إذا قام نفس الشخص دائماً بعمل نفس النشاط، مثل إعطاء الطفل الصَّغير حمامًا، فسَتبدأ تعرف أفراد العائلة عن طريق ما يعملون.



بعد هذا سأغسل ذراعك، يا فاطمة.

من هي بنتي الصَّغيرة الحتوة؟



شجّع طفلتك الصَّغيرة على الابتسام بالكلام معها. وقد تبتسم ثانية إذا نفخت بهدوء على بطنها أو لعبت بأصابع قدمها.



غنّ واعزف الموسيقى لطفلتك الصَّغيرة. إذا أصدرت أصواتٍ، قلِّدْها لتشجيعها على استعمال صوتها.

عندما تبدأ طفلتك
الصغيرة تصدر أصوات،
العب معها بوضع يديها
على فمك وحنجرتك وأنت
تردد الأصوات. سيساعدها
هذا أن تتعلم من أين
تجىء الأصوات.



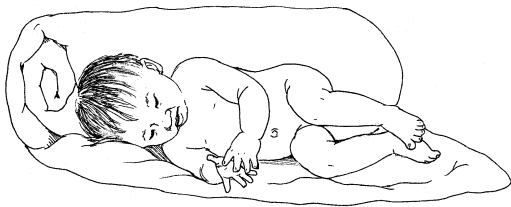
◀ لمساعدة طفلتك الصغيرة
وساقيها، واستعمال يديها لإمساك الأجسام



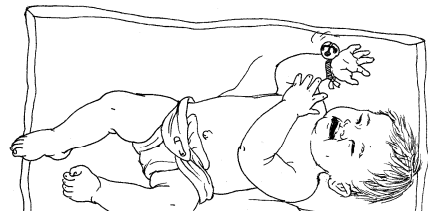
عند إطعام طفلتك الصغيرة،
اضغطي بلطف على ذراعها إلى
أعلى لكي تضع يدها على صدرك.
سيساعدها هذا أن تتأهب للإمساك
بالأجسام. والإطعام أيضاً وقت جيد
للكلام أو الغناء مع طفلتك الصغيرة.

ضعي طفلتك الصغيرة على جانبها
وضعي قماشاً وراء ظهرها كمسند لها،
فتقرب يديها تلقائياً للعب.

حاولي ربط لعبة تصدر صوتاً - مثل جرس
صغير، غلاف بذور، أو سوار - على معصمها
أو قدميها. وستحاول العثور على الصوت بيدها
الأخرى واللعب به.



، من ثم يجب منعها إذا حاولت وضع اللعاب أو الأجسام



أعطها أشياء تمسكها مختلفة اللمس،
مثل قطعة قماش حريري ناعم وقماشاً
خشناً. يجوز أيضاً أن تشجعها على شد
أشياء مثل خيط قوي من خرز أو حبل
مَعقود. إذا شددت برفق إلى الوراء، قد
تشدّ بمزيد من القوة.

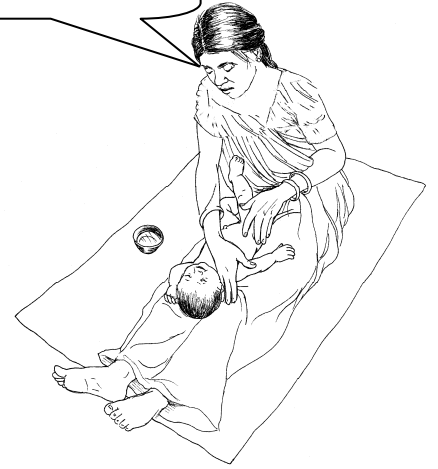
كارمن، حاولي
أن تشدي.



لكن حذارٍ أن تخنق إذا بلعت الحَرَز
أو التفّ العقد حول عنقها.

حاولي تدليكها برفق في جميع أنحاء
جسمها، باستعمال زيتٍ نباتي، أو غسول، أو
بيديك فقط. ابدئي بصدرها وتحرّكي نحو
الخارج إلى يديها. ثمّ ارجعي إلى مؤخرتها

أنا سأدلك صدرك يا ميار.



بعد أن تتعوّد على تدليكك، جرّبي
استعمال أقمشة ذات ملمس مختلف لدعك
جسمها برفق. بعدئذ، شجّعها على لمس
أجزاء مختلفة من جسمها - على سبيل
المثال: لمس ساقيها بيدها.

نعم، هذه أصابع
قدمك!



المسي يديها وقدميها عندما تلعبان معاً. ربّتي (طبّطبي على) هذه الأجزاء أو انفخي قليلاً
عليها وانطقي أسماءها.

◀ لمُساعدَة طفلتك الصَّغيرة في تنمية السيطرة على رأسها

تقوى عضلات رقبة الطَّفلة الصَّغيرة عندما تستند الطفلة على بطنها وترفع رأسها. أمَّا الطَّفلة القادرة على الرُّؤية فنترفع رأسها لنتنظر إلى الأشياء، وأمَّا الطَّفلة غير القادرة على الرُّؤية فتحتاج إلى أسباب أخرى لرفع رأسها. قد لا يُحبّ العديد من الأطفال الرُّضّع الرقاد على بطنهم. وقد تزداد رغبة طفلك في عمل ذلك إذا:



وضعتي طفلك الصَّغيرة على صدرك. وإذا كان وجهها قُرب وجهك، فسُتريد رفع رأسها عندما تسمع صوتك، أو سُتريد لمس وجهك. يُمكنك أيضًا تطويقها بذراعيك وهزتها (هشيكها).



ضعي طفلك الصَّغيرة على رُكبتك، بينما تسندينيها بيدك. هزها بتحرك رُكبتك. هذه طريقة سهلة للإمساك بطفلك وتشجيعها على رفع رأسها وتقوية عضلات عنقها. يُساعدُها هذا أيضًا لتستعد للحبو.

دعي طفلك الصَّغيرة تجسّ لعبة صوتية، ثم هزها حوالي 15 سننيمترًا فوق رأسها. فنترفع رأسها - في أغلب الأحيان - للالتفات إلى الصوت.



◀ لِمُسَاعَدَةِ طِفْلَتِكَ الصَّغِيرَةِ أَنْ تَسْتَكْشِفَ الْأَجْسَامَ
بِوَاسِطَةِ الطَّعْمِ وَالرَّائِحَةِ
يَتَعَرَّفُ الْأَطْفَالُ الرُّضَعُ أَوَّلًا عَلَى الْعَالَمِ بِتَذَوُّقٍ وَاسْتِكْشَافِ الْأَجْسَامِ بِأَفْوَاهِهِمْ. هَذَا مَهْمٌ،
خُصُوصًا فِي حَالَةِ الْأَطْفَالِ الَّذِينَ لَا يُحْسِنُونَ الرَّوْيَةَ لِأَنَّهُمْ يَجِبُ أَنْ يَتَعَلَّمُوا الْكَثِيرَ بِوَاسِطَةِ حَوَاسِّهِمْ
الْأُخْرَى. كُلُّ شَيْءٍ يَلْعَبُ الطِّفْلُ الرُّضِيعُ بِهِ يَجِبُ أَنْ يَكُونَ نَظِيفًا وَكَبِيرًا بِمَا فِيهِ الْكِفَايَةُ كِي لَا
يُضِرُّ الطِّفْلَ.

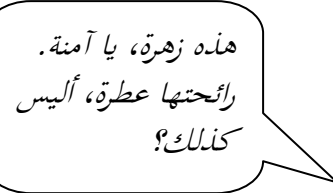


المس فَمَ طِفْلَتِكَ الصَّغِيرَةِ بِإِصْبَعِكَ بِرَفْقٍ.
دَعَهَا تَمَصَّ إِصْبَعَكَ وَتَسْتَكْشِفُهُ.



عِنْدَمَا تَقْدِرُ طِفْلَتَكَ الصَّغِيرَةَ مِنْ إِسْكَافِ الْأَجْسَامِ وَحْدَهَا، شَجِّعِيهَا
عَلَى اسْتِكْشَافِ رَائِحَتِهَا وَطَعْمِهَا.

◀ لِمُسَاعَدَةِ طِفْلَتِكَ الصَّغِيرَةِ أَنْ تَحْسَّ بِأَنْوَاعِ
الْمَلْمَسِ الْمَخْتَلِفَةِ
الْعِبَ لَعِبَةٍ بِغَمْسِ أَجْزَاءِ مِنْ جَسْمِهَا فِي الْمَاءِ، ثُمَّ سَمِّ كُلَّ جِزءٍ.



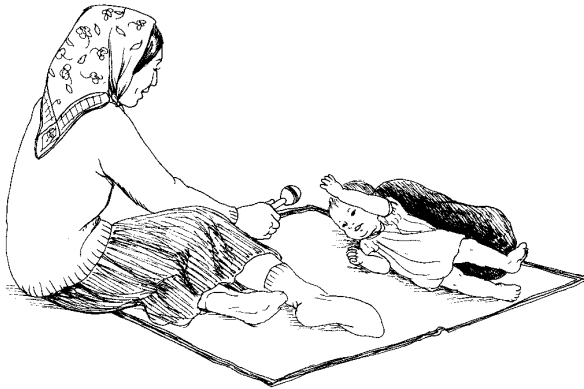
شَجِّعِيهَا عَلَى لَمْسِ الْأَشْيَاءِ ذَاتِ الْمَلْمَسِ الْمَثِيرِ وَالرَّائِحَةِ النَّقَادَةِ (لَكِنْ
مَقْبُولَةٍ) — مِثْلَ الثَّمَارِ، الْخُضْرِ، أَوْ الزُّهُورِ.



◀ لِمُسَاعَدَةِ طِفْلِكَ الصَّغِيرَةِ أَنْ تَسْتَعِدَّ لِلانْقِلَابِ
تَتَعَلَّمُ الطِّفْلَةُ الصَّغِيرَةُ الْقَادِرَةَ عَلَى الرُّؤْيَةِ الانْقِلَابِ وَهِيَ تَحَاوِلُ الْوَصُولَ إِلَى الْأَشْيَاءِ. أَمَّا إِذَا
كَانَتْ طِفْلَتُكَ الصَّغِيرَةُ لَا تَسْتَطِيعُ الرُّؤْيَةَ، فَيَجِبُ أَنْ تُسَاعِدَهَا لِتَتَعَلَّمَ الانْقِلَابِ. وَكَلِمَا قَوِيَتْ رَأْسُهَا
وَرَقِبَتُهَا وَكَتِفَاهَا، سَتُلاحِظُ أَنَّ طِفْلَتَكَ الصَّغِيرَةَ تَرْفَعُ رَأْسَهَا وَتَنْقَلِبُ كُلَّمَا سَمِعَتْ أَصْوَاتًا. وَالْآنَ
يُمْكِنُهَا أَنْ تَسْتَعِدَّ لِلانْقِلَابِ.



عندما تكون طِفْلَتُكَ الصَّغِيرَةُ عَلَى بَطْنِهَا،
هَزِّي لَعْبَةً صَوْتِيَّةً فَوْقَ رَأْسِهَا لِتَشْجِعَهَا
عَلَى رَفْعِ رَأْسِهَا إِلَى فَوْقِ. عِنْدَمَا تَقْبِضُ عَلَى
اللَّعْبَةِ، أَبْعِدِيهَا وَرَاءَهَا لِمُسَاعَدَتِهَا عَلَى الانْقِلَابِ
عَلَى ظَهْرِهَا.



ضَعِي طِفْلَتَكَ الصَّغِيرَةَ عَلَى جَنْبِهَا وَاسْنَدِيهَا
بِقَمَاشٍ أَوْ وَسَادَةٍ مِنْ وَرَائِهَا. هَزِّي لَعْبَةً صَوْتِيَّةً
أَمَامِهَا. ثُمَّ حَرِّكِي اللَّعْبَةَ لِأَسْفَلَ نَحْوِ الْأَرْضِ.
وَسَتُدِيرُ رَأْسَهَا وَكَتِفَهَا بَعْدَ ذَلِكَ لِمَتَابَعَتِهَا،
فَتَنْقَلِبُ عَلَى بَطْنِهَا.

من عُمر 4 إلى 6 أشهر

عندما يتقدم السنّ قليلاً بالطّفلة الصّغيرة، يُمكنها أن:

- تبتسم ردّاً على صوت مألوف.
- تستكشف جسمها لتعلم كيف شكله.
- تصدر أصوات مثل الكلمات لكنها غير مفهومة (تمتمة).
- تقرب جسمًا في يدها إلى فمها.
- تحرك جسمًا من يد واحدة إلى يدها الأخرى.
- تمد يدها إلى اللّعب التي تسمعها، أو تشعر بها، أو تراها.
- تنقلب من على ظهرها إلى بطنها، ومن على بطنها إلى ظهرها.
- تستعدّ للجلوس والحبو (مثلاً بمحاولة الاتزان وهي جالسة على ركة شخص ما).

في هذا العُمر، قد تبدأ الطّفلة الصّغيرة الكيفية تكرر الحركات مرارًا وتكرارًا.

تُكرّر الطّفلة فاقدة البصر الحركات غير العادية - في أغلب الأحيان - مرارًا وتكرارًا، مثل وضع

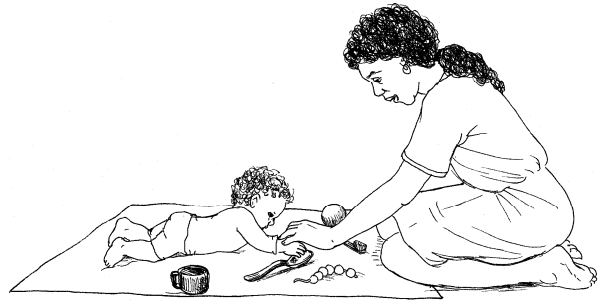


يدها في عينيها، الررفة بيديها، وهزّ جسمها. لا أحد يعرف بالتأكيد لماذا يحدث هذا. يجوز أنّ السبب في ذلك هو احتياج كلّ طفل صّغير إلى الاستكشاف واللّعب. فلو لم تعلم أنّ هناك أشياء مثيرة حولها، لعبت الطّفلة الصّغيرة بالشيء الوحيد الذي تعرفه - أي جسمها.

قد تلاحظ هذه الحركات قبل بلوغ طفلتك الصّغيرة عمر 6 أشهر. قد تؤدي هذه الحركات تطوّرها إذا منعتها من الالتفات إلى الناس والأشياء من حولها. فكلّما كبرت، قد لا يريد الأطفال الآخرون اللعب معها لأن حركاتها تُخيفهم.

سيُعطي النشاطات في هذا الفصل طفلتك الصّغيرة العديد من الفرص لتعلّم أشياء جديدة.

شجّع طفلتك الصّغيرة على الاستكشاف واللّعب، والأرجح أنّ قيامها بهذه الحركات سيتناقص تدريجيًا.



◀ لتشجيع طفلك الصَّغيرة على محاولة الوصول إلى الأشياء وإمساکها

يا نيفين، حاولي الإمساك
بكرتاك الحشنة!



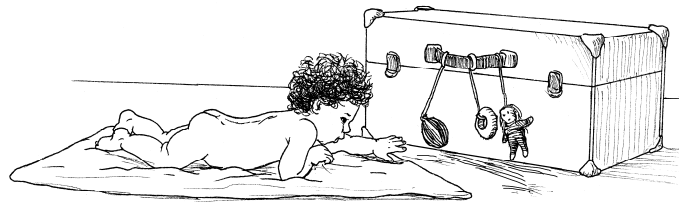
دعها تلمس الأجسام ذات الملمس المختلف — على سبيل المثال، اللُّعب المكسوة بالفراء أو الملساء أو الخشنة. بعد أن تبدأ اللُّعب بها، أبعدها عن مُتناول يديها. ثمَّ اطرقِي الأجسام على الأرض، لتعرف أين هي.

هزِّي جسمًا صوتيًا حتَّى تمَدَّ يدها إليه. (في بادئ الأمر قد تحتاجين إلى دَفْع مِرْفَقها بلطف نحو الجسم). ثمَّ شجَّعِها على هزِّه وتحريكه من يد إلى أخرى. سيُساعدها هذا أن تتعلَّم من أين تجيء الأصوات، وسيُقوي ذراعيها أيضًا.



ثبَّتي أجسامًا على ملابسها أو على يديها بخيط قصير. إذا أسقطت لعبة، وجَّهي يدها على طول الخيط حتَّى تصل إلى بدايته. سيُشجَّعها هذا على الوُصول إليه وحدها وعلى تعلُّم أنَّ الأشياء التي تسقط لا تختفي.

أبقي بضعة أجسام في نفس المكان
حتَّى تتعلَّم أين تجدها.



◀ لِمُسَاعَدَةِ طِفْلَتِكَ الصَّغِيرَةِ أَنْ تَنْقَلِبَ إِذَا قَمِتِ بِالنَّشَاطِ فِي صَفْحَةِ 39، فَأَنْتِ قَدْ سَاعَدْتِ طِفْلَتَكَ أَنْ تَنْقَلِبَ بِشَدِّ الْخِيْطِ الْمُوَصَّلِ إِلَى لَعْبَةٍ، أَوْ بِوَضْعِ الشَّيْءِ وَرَاءَ ظَهْرِهَا. وَالْآنَ يُمَكِّنُهَا أَنْ تَتَعَلَّمَ الْإِنْقِلَابَ بِقَدْرِ أَقْلٍ مِنَ الْمُسَاعَدَةِ.

هل يُمكن أن تجدي الشُّخْلِيلَةَ (الحشخيشة)، يا سومية؟

عندما تكون طفلتك الصَّغِيرَةُ على بطنها، استخدمِي جسمًا صوتيًا للاستحواذ على اهتمامها، كما فعلتِ من

قبل. لكن عندما تتحرَّك جانبًا نحو الجسم، ارفعيه إلى فوق حتَّى تضطر إلى مدَّ يدها أبعد من ذلك. فإذا كانت قوية بما يكفي، ستلتفَّ على جنبها، وبعد ذلك على ظهرها.



والآن أين ذهبت الشُّخْلِيلَةُ (الحشخيشة)، يا سومية؟



عندما تكون طفلتك الصَّغِيرَةُ على ظهرها، شجَّعيها على مدَّ يدها للإمساك بجسم صوتي على أحد الجانبين. ساعديها لتلتفَّ نحو اللعبة الصوتية على جنبها أو بطنها.

◀ لتَهْيِئَةِ طِفْلَتِكَ الصَّغِيرَةِ لِلجُلُوسِ

إذا كانت لا تجلس منتصبَةً بمفردها، فهذه النشاطات تقدر أن تُساعدها على الاستعداد للجلوس.

قد صرت فتاة كبيرة الآن يا سوسن. ها أنتِ تجلسين بمفردك.



أمسكي طفلتك الصَّغِيرَةَ على رُكْبَتَيْكِ، بحيث تُواجهُك، واسندي ظهرها.

استمع إلى هناء وبشرى. هما يصنعان كرات من الصلصال.



اجلسي خلف طفلتك الصَّغِيرَةَ، بحيث يوفِّر جسمك شيئًا من الدعم لها.

هكذا نركب الحصان، إلى
الأمام وإلى الخلف، إلى
الأمام وإلى الخلف.



أمسكي طفلتك الصَّغيرة بحرية على رُكبتيك. ثمَّ ارفعي ركبة واحدة
ببطء كي تميل قليلاً إلى جانب واحد، ثمَّ أحنِي الركبة الأخرى.
وستتعلَّم تحريك جسمها لموازنة نفسها.

◀ لمُساعدَة طفلتك الصَّغيرة للاستعداد للحَبْو
للحَبْو، تحتاج الطَّفلة الصَّغيرة إلى ذراعين وكتفين قويتين. ويَجِب أيضاً أن تتمكَّن من التوازن
وهي تنقل وزنها من جهة إلى أخرى. يُمكن أن تعينها هذه النشاطات في ذلك.

حلّيك فوق إذا
استطعت، يا سونيا.



ضعي طفلتك الصَّغيرة على يديها ورُكبتها على لفّة
أو قماش مطوي. يجب أن تُكوّن اللفّة كبيرة بما فيه
الكفاية لتوفير بعض الدعم لها، لكن صغيرة بما فيه
الكفاية لتحمل الصغيرة شيئاً من وزنها. هزّيها إلى
الأمام وإلى الخلف ببطء، ثمَّ من جهة إلى أخرى.

هل تقدرين أن تجدي الشَّخيلة
(الحشيشة)، يا سونيا؟

◀ لمُساعدَة طفلتك

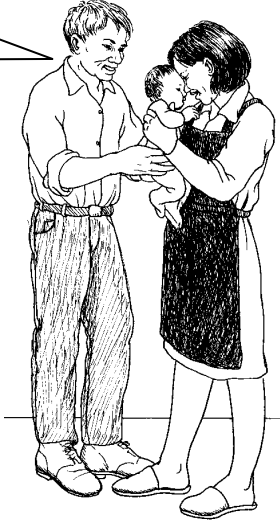
ضعي طفلتك الصَّغيرة على ساقك أو لفّة من
القماش. شجّعيها على مدّ يدها إلى لعبة على أحد
الجانبين، بينما تحمل ذراعها وركبتها جزءاً من
وزنها على الجانب الآخر. كرّري المحاولة على
الجانب الآخر.



أن تتمتع بالانتقال
وتشعر بمزيد من الأمان وهي تتحرك بمفردها

يُمْكِنُكَ أَنْ تُسَاعِدَ طِفْلَتَكَ الصَّغِيرَةَ لِتَتَمَتَّعَ بِالِانْتِقَالِ بِجَعْلِهَا تَتَحَرَّكَ بِطَرَقٍ مُخْتَلِفَةٍ كَثِيرَةٍ. وَاصْلِي الْكَلَامَ مَعَهَا وَأَنْتِ تَقُومِينَ بِهَذِهِ النِّشَاطَاتِ. سَيُسَاعِدُهَا هَذَا عَلَى الشُّعُورِ بِخَوْفٍ أَقْلٍ عِنْدَمَا تَعْمَلُ شَيْئًا جَدِيدًا.

والآن جاء دوري يا
أبيزيس.



على سبيل المثال:
إلى فوق يا صغيري.



العبي لعبة تقومين فيها أنتِ وشخص آخر بتمرير
الطفلة ذهابًا وإيابًا بينكما.

هزهزها إلى الأمام وإلى الخلف في ملاءة
أو أرجوحة كبيرة.

صققي يا ليلي.



أَلْفِي حَرَكَاتٍ جِسْمَانِيَّةً لِلْقِيَامِ بِهَا مَعًا. ائْتِي رَجْلَيْكَ وَحَرَكَيْهِمَا إِلَى الْوَرَاءِ وَإِلَى الْأَمَامِ. سَاعِدِيهَا أَنْ تَضُمَّ يَدَيْهَا مَعًا عِبْرَ مُنْتَصَفِ جِسْمِهَا ثُمَّ تَعِيدُهُمَا مَرَّةً ثَانِيَةً. ضَمِّي يَدَيْهَا مَعًا وَدَعِيهَا تَصْفَقُ بِهِمَا. اسْتَعْمَلِي نَفْسَ الْكَلِمَاتِ كُلِّ مَرَّةٍ فِي تَسْمِيَةِ مَا تَعْمَلِينَ.

هل تُحِبِّينَ ذَلِكَ يَا حَنَانُ؟

اربط طفلتك الصَّغِيرَةَ عَلَى ظَهْرِكَ ثُمَّ اجْرِ أَوْ اقْفِزِ.

