

يوزع
مجانياً
FREE

المجلس الوطني لشؤون الأسرة
NATIONAL COUNCIL FOR FAMILY AFFAIRS



خطواتي الأولى... نحو علاقات آمنة

My first steps...
towards safe relationships

• كُتِيب الأنشطة Activity Book •

 JORDAN
PIONEERS
Multimedia Co.

sesameworkshop.
The nonprofit educational organization
behind Sesame Street and so much more

٣٢١
حكايات سمسيم
©2013 Sesame Workshop

عزيزتي الأم، عزيزي الأب، أعزائي المربون:

Dear mothers, fathers, and educators:

تهدف حقيبة "خطواتي الأولى نحو علاقات آمنة" إلى توعية الأطفال وأسرهم ومُقدمي الرعاية ومُعلمي مرحلة الطفولة المبكرة بأهم الأمور المتعلقة بتطوير الطفل للعلاقات الآمنة مع الآخرين سواء داخل المنزل أو خارجه، وقد جاءت فكرة الموضوع استجابة لرغبة العديد من الأسر بضرورة توفير مواد تُساعدهم في تطوير الوعي الذاتي لدى أطفالهم خصوصا فيما يتعلق بعلاقتهم مع الآخرين، لحمايتهم من التعرض لاحقا لأي أذى مُحتمل.

لهذه الغاية، حرص المجلس الوطني لشؤون الأسرة على تطوير هذه الحقيبة لِيُسهّم في رفع الوعي المُتعلق بالعلاقات الآمنة من خلال خطوات عملية يُمكنكم اتباعها في توجيه أطفالكم تلبية لرسالة المجلس في تعزيز مكانة الاسرة الاردنية.

تم تصميم وإنتاج هذه المواد بالتعاون مع مشروع "حكايات سمسم" وهو مبادرة تربية وطنية بدأت في عام 2003 كإنتاج مشترك بين مؤسسة الرائدون الأردنيون (Jordan pioneers) والمؤسسة الأمريكية غير الربحية "ورشة سمسم" (Sesame workshop).

في كتيب الأنشطة هذا سوف تجدون مادة مسلية تهدف إلى توعية الأسر وأطفالهم من سن مبكرة وبطريقة تفاعلية، وستجدون هذا الكتيب ممتع وتعليمي في آنٍ واحد، فهو يتضمن بعض الأساسيات المساعدة والإيجابية لضمان تطوير طفلك لعلاقات آمنة مع الآخرين وعدم تعرضه للأذى بهذا الخصوص .

نرجو أن تستمتعوا مع أطفالكم بكل ما يقدمه هذا الكتيب، وتذكروا بأن خطوات الصغيرة تؤدي إلى قفزات أكبر!

الإشراف العام: السيد محمد مقدادي المجلس الوطني لشؤون الأسرة
إعداد المادة: الدكتورة سهي الطيبال المجلس الوطني لشؤون الأسرة
ساعد بالإعداد: السيدة هانيا الخانجي المجلس الوطني لشؤون الأسرة
المُحَمَّون:

الدكتور خالد العطيبيات جامعة الحسين بن طلال
الدكتور زيد العدوان جامعة البلقاء التطبيقية
الدكتور يوسف مقدادي جامعة آل البيت
السيد أحمد عبدالله أخصائي تربوي ومستشار

The package "My first steps towards safe relations" aims at raising the awareness of children, their parents, carers, and educators of the early childhood stage- of the most important things needed to improve the children's understanding of safe relationships with others; whether it be inside or outside their home.

The idea of the book came in response to several parents' need to access material that can help them improve their children's personal awareness, especially regarding their relationships with others, and protect them from any potential harm in the future. For this purpose, the National Council for Family Affairs has been keen to produce this package; in order to contribute to raising awareness of "safe relationships" through practical steps you can easily use to guide your children.

The content of this package was produced and designed in cooperation with "Hikayat Simsim" a national educational initiative launched in 2003 as a partnership between Jordan Pioneers as well as the U.S. Non-profit organization "Sesame Workshop". In this manual, you will find entertaining material aimed at educating parents and children- at an early age- through interactive methods. You will find this activity book fun and educational at the same time. It includes basics which are helpful and positive at the same time to ensure your child develops an understanding of safe relationships to ensure he/she are not subjected to any harm in this regard.

We hope that you and children will enjoy everything this activity book provides. Remember, these small steps lead to bigger jumps!

كُتِبَت الأنشطة هذا هو جزء من حقيبة خطواتي الأولى نحو علاقات آمنة والتي تضم دليل تفاعلي، ومطوية أسرية، وورقة عمل، وأحجية Puzzle للأطفال، وقرص إلكتروني يحتوي على أنشودتين للأطفال.

Hikayat SimSim © and associated characters, trademarks and design elements are owned and licensed by Sesame Workshop. © 2013 Sesame Workshop. All Rights Reserved.

فريق حكايات سمسم:

Khaled Haddad **Excutive Producer**
Dr. Naif Haddad **Creative&Art Director/Content Development**
Lama Hamdan **Senior Graphic Designer**
Karmel Nassar **Graphic Designer**
Alaa Abu Alfoul **Assitant Graphic Designer**

فريق حكايات سمسم:
خالد حداد المنتج المنفذ
د. نايف حداد المدير الفني/ المحتوى التربوي
لمى حمدان مشرفة تصميم جرافيك
كرميل نصار مصمم جرافيك
آلاء أبو الفول مساعد مصمم جرافيك

تون تون
TonTon

جل جُل
alalal

إلمو
elmo



خطواتي الأولى... نحو علاقات آمنة

My first steps...towards safe relationships

أتعرف على الغريب الآمن

I know when a stranger is a safe person

- I recognize safe strangers.
 - I stick the safe strangers name in the right place (using the stickers attached to this activity book).
 - I write names of adults whom I am familiar with .
- أتعرف على الغريب الآمن.
ألصق اسم الغريب الآمن في مكانه الصحيح
(مستعيناً بملصقات المرفق في هذا الكتيب).
أكتب أسماء الأشخاص الكبار المألوفين لي.



سمّي شخص كبير مألوف لك.

● معلمتي

● أسر أصدقائي الذين يعرفهم والداي جيداً

.....

.....

.....

.....

رسالة الأسرة:

ناقش مع طفلك من هو الغريب الآمن ثم وضح له أنه يمكننا الثقة بالغريب الآمن لمساعدتنا في الأماكن العامة حيث تعد مساعده لنا جزءاً من مسؤولياته.

Message to the family:

Discuss with your child who is considered a safe stranger, explaining that we can trust safe strangers to help us in public places as this part of their job.



أتعرف على المكان الآمن

I explore safe places

أمامك صورتان إحداهما مكان آمن، والأخرى مكان غير آمن. جد الفروق بينهما.

In front of you are two pictures, one of a safe space and one of an unsafe one.

Find the differences between them.



Message to the family:

Remind your children that staying in a quiet place makes it easier for strangers to trick him/her without anyone noticing.

رسالة الأسرة:

نبه طفلك بأن وجوده في مكان منعزل هادئ لا يوجد فيه أحد يُيسر استهدافه من قبل الغرباء الذين قد يحاولون خداعه دون أن يشاهدتهم أحد.

الأمان مع الجماعة

Saftey in Numbers

تهدف اللعبة إلى تطوير الوعي الذاتي لدى الأطفال خصوصاً فيما يتعلق بعلاقتهم مع الآخرين، ومن المناسب أن تلعبها مع أفراد أسرتك.

قم بقص أرقام السحب والشخصيات الموجودة في جانب الصفحة واستخدم الأرقام بدلا من حجر النرد (إذا لم يتوافر لديك) واستخدم الشخصيات كأحجار لتحريك اللعبة. الفائز هو من يصل أولاً إلى خانة النهاية رقم ٢٠ بشرط أن يلتزم بقواعد اللعبة الآتية:

- ضع قطع اللعب مقلوبة عند نقطة البداية وليسحب كل منكم شخصية، على كل لاعب سحب رقم (أو رمي حجر النرد)، ويبدأ باللعب من يحصل على الرقم الأكبر.
- يتناوب اللاعبون على سحب أوراق الأرقام (أو رمي حجر النرد)، ويتقدمون حسب الرقم الذي يحصلون عليه، وفي حال وقوف أحدهم على خانة خاصة، فإن عليه اتباع التعليمات الموجودة فيها.

This game aims to improve children's understanding of safe relationships with others, you can play it with your family.

Cut the numbered papers and character faces from the side of the page. Use the numbers as dice (if you don't have any), and the characters as game pieces. The winner is the first person to reach the end (space 20) as long as he/she follows the rules!

Place the game pieces face up on the start square. Every player takes a numbered paper (or throws the dice), and the player with the highest number starts the game. Players take turns pulling a paper (or throwing the dice), and move forward according to the number they get. When a player reaches a special square, he or she should follow the instructions it provides.

1
البداية
Start

2

3

4
قمت بأخذ شيء من شخص غريب، أرجع خطوتين للخلف.

You took something from a stranger. Go two steps back.

5
أخبرت والديك مكان ذهابك ووقت عودتك، تقدم خطوتين للأمام.

You told your parents where you were going and when you would return. Move two steps forward.

6



7

8
تجنب السير في الشوارع والأزقة المهجورة والأماكن غير المعروفة لك، تقدم خطوتين للأمام.

You avoid walking in small and abandoned streets and unknown locations. Move two steps forward.

9
ذهبت إلى مكان يتناسب مع عمرك، تقدم خطوة للأمام.

You went to a place that appropriate for your age. Move one step forward.

10

11

12
قُمت بشم عبوات فارغة وجدت في الطريق. أرجع خطوة للخلف.

You sniffed empty bottles that you found in the street. Go one step backward.

13

14

KidzSearch.com

15

16
تصفح الشبكة الإلكترونية من خلال محركات البحث الآمنة. تقدم خطوة للأمام.

You surfed the internet using safe search engines. Move one step forward.

17

18

19
حفظت عنوان ورقم هاتف والدك ووالدتك لتكون أكثر أماناً. تقدم خطوة للأمام.

To be safe, you remember your parents' addresses and phone numbers. Move one step forward.

20

النهاية
End

55281...

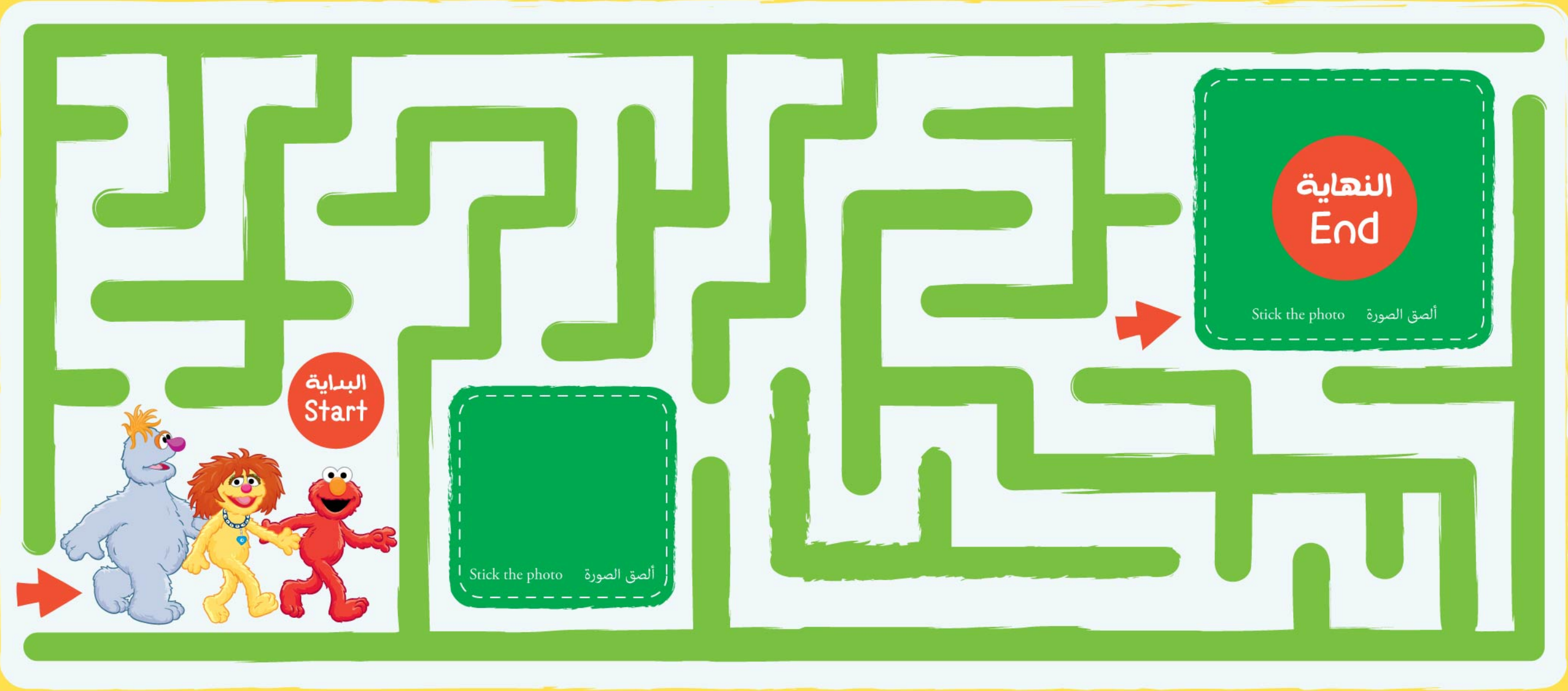


JulJul, TonTon and Elmo are getting ready for a safe trip

- **First:** Stick photos in the appropriate place (using the stickers attached to this activity book).
- Safe place • A group of friends
- **Second:** Help them find the correct path to reach their friends.
- **Third:** Help them find the correct path to reach the safe place.

يستعد كل من تن تن وجل جل وإلمو للقيام برحلة آمنة
أولاً: ألصق الصور في المكان المناسب (مستعيناً بملحق
الملصقات المرفق في هذا الكتيب)
• مكان آمن • مجموعة من الأصدقاء
ثانياً: أساعدهم على أن يجدوا الممر الصحيح للوصول إلى
أصدقائهم.
ثالثاً: أساعدهم على أن يجدوا الممر الصحيح للوصول إلى
المكان الآمن.

رحلة آمنة Safe Trip



Message to the family:

Explain to your child that the ideal safe place is a public space, where there are many people. It is always safer to be with a group of people.

رسالة الأسرة:

وضّح لطفلك أن النموذج الأمثل للمكان الآمن هو المكان العام، الذي يوجد فيه الكثير من الناس، فالأمان دائماً مع الجماعة.

- TonTon is learning the rules of right and safe behavior.
- Join TonTon and show your parents how.

- تتدرب تن تن على قواعد التصرف السليم الآمن.
- شارك تن تن وقم بتنفيذها أمام والديك.

قواعد التصرف السليم الآمن

I Learn with TonTon the rules of safe and correct behavior



4

أبحث عن شخص كبير مألوف أو غريب آمن وأخبره عما حدث.

I look for a familiar adult or a safe stranger and tell them what happened.



3

أصرخ بصوت مُرتفع "ساعدوني، ساعدوني".

I scream loudly, "help me, help me".



2

أبتعد دائماً عن أي مكان غير مريح ومريب. أزيد سرعتي وأركض بسرعة إلى مكان آمن.

I always stay away from any uncomfortable place. I move quickly to a different and safer place.



1

أحافظ على هدوئي، لا أتصرف وكأنني خائف.

I remain calm, and act like I am not afraid.

رسالة الأسرة:

تذكّر بأنه، ورغم التزام طفلك بمتطلبات الأمان في علاقاته مع الآخرين، قد تكون هناك أوقات يشعر خلالها بعدم الراحة، لذا فإن تطوير الوعي الذاتي لديه خصوصاً فيما يتعلق بعلاقته مع الآخرين، يحميه من التعرض لأي أذى لاحقاً.

Message to the family:

Remember that no matter how well your children understand the rules of staying safe with strangers, there may be times when they feel uncomfortable. Therefore, you must improve their self-awareness, especially regarding their relationship with others. This will protect them from any danger they may face later.

Safe Habits Table:

Check ✓ each time you express your feelings and emotions in a positive way.

جدول العادات الآمنة:

قم بوضع إشارة ✓ في كل مرة تقوم فيها بالتعبير عن أحد مشاعرك واحتياجاتك بطريقة ايجابية.

أعبر عن مشاعري واحتياجاتي بطريقة إيجابية I Talk about my feelings and needs in a positive way

السبت Saturday	الأحد Sunday	الاثنين Monday	الثلاثاء Tuesday	الأربعاء Wednesday	الخميس Thursday	الجمعة Friday



العزف على آلة موسيقية
Playing a musical instrument



لعب الرياضة
Playing sports



المسرح (فن الدمى)
Performing a puppet show



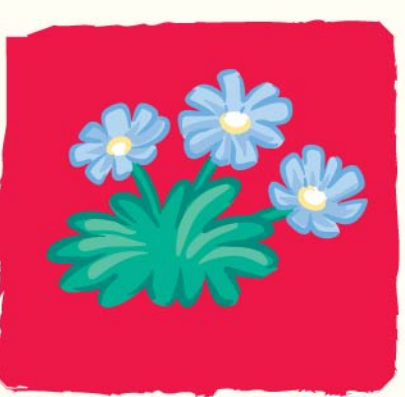
الرسم
Drawing

Message to the family:

Encourage your children to express their feelings and needs. Remember that children who express their emotions are more able to deal with situations where they feel uncomfortable.

رسالة الأسرة:

شجّع طفلك في التعبير عن احتياجاته ومشاعره. تذكّر بأن الأطفال الذين يُعبّرون عن أفكارهم وحاجاتهم ومشاعرهم بطريقة إيجابية، يُصبحون أكثر توازناً في التعامل مع الأوضاع التي لا يشعرون فيها بالراحة.



ما الذي لا ينتمي؟

What does not belong?

رسالة الأسرة:

شجع طفلك على الانتباه إلى التفاصيل لتنمية قوة الملاحظة لديه من خلال تمييز الاختلافات والتشابهات في البيئات المحيطة به، ناقش مع طفلك أسباب عدم انتماء الشيء إلى المجموعة.

Message to the family:

Encourage your child to pay attention to details in order to develop observation skills through spotting the differences and similarities in surrounding environments. Discuss with your child why the excluded item does not belong to the pertaining group.

to keep as • I tell my parents • a secret from them. • about things
• strangers ask me



التي طلب مني شخصٌ غريب • عن الأمور • أخبر والدي
• أن تبقى سرا بيننا

with my friends, • When I play • as well as others.
• I respect my body's privacy



أحافظ على خصوصية • عندما أَلعب • مع أصدقائي
• جسدي وأجساد الآخرين.

I have the right • is uncomfortable or suspicious. • to say "No"
• when I feel something



عند شعوري بأمر • من حقي • مريب وغير مريح • أن أقول "لا"

a group of people. • It is always safer • Safe places are public places.
• when you are around



مع الجماعة • الأمان دائماً • والمكان الآمن • هو المكان العام المأهول.

عبارات مفيدة Useful words

أعيد ترتيب الكلمات للحصول
على جمل مفيدة وأناقشها مع والدي.

Create useful sentences by
rearranging the words and
discuss it with your parents.





رجل أمن
Security officer



شرطي
Policeman



موظفة استعلامات
Information



