



عبارات دافئة





50

عبارة لترك الموبايل

- ☐ 1. شتكون نقرأ قصة سوا ونعيش جوها؟
- ☐ 2. تعال خل نسوي شغلوات حلوة بالمطبخ!
- ☐ 3. شلونك بالرسم؟ خل نرسم لوحة جديدة!
- ☐ 4. شرايك نطلع للحديقة نلعب ونغير جو؟
- ☐ 5. تعال نمنع بيت بالكرتون ونعيش بيه مغامرة!
- ☐ 6. خل نجرب نلعب لعبة الألغاز سوا!
- ☐ 7. شرايك نبني برج من مكعبات؟ خلي نسوي شي عالي!
- ☐ 8. شتكون نلعب بالصلصال ونسوي أشكال عجيبة؟
- ☐ 9. تعال خل نجرب نكون علماء ونسوي تجربة بسيطة!
- ☐ 10. شرايك نسوي حديقة صغيرة بالشرفة ونزرع بيها ورد؟
- ☐ 11. ساعدني شوية بترتيب الغرفة، راح نسويها حلوة!
- ☐ 12. تعال نلعب بالدمى ونسوي قصص خيالية!
- ☐ 13. خل ننطلق برحلة خيالية، وين تحب نروح؟
- ☐ 14. شرايك ندور على الحشرات الصغيرة ونتعلم عنها؟
- ☐ 15. تعال نطلع نلعب كرة شوي ونتحرك!
- ☐ 16. شتكون نقرأ بموسوعة ونكتشف أشياء جديدة؟
- ☐ 17. خل نتعلم كم حركة رياضية نرفع بيها نشاطنا!
- ☐ 18. ساعدني نبني برج خشب، نشوف منو يسوي الأطول!
- ☐ 19. تعال نسوي سباق بسيارات صغيرة!
- ☐ 20. شتكون نرسم بالطباشير عالرصيف ونسوي رسومات حلوة؟



50

عبارة لترك الموبايل

21. شرايك نتعلم الحروف بطريقة ممتعة؟
22. تعال نطلع نتمشى بالحديقة ونشم الهوا!
23. شوف عندي ألعاب تربوية، نجربها سوا؟
24. يلا نلعب لعبة "التخمين"، راح أوصفك شي ولازم تعرفه!
25. خل نصنع طيارات ورقية ونخليها تطير بالهوا!
26. شرايك نسوي أقنعة من الورق ونلبسها؟
27. تعال نسوي قوارب صغيرة ونخليها بالمى؟
28. شرايك نشوف فيديو تعليمي مضحك ونتعلم شي جديد؟
29. خل نفتح كتاب التلوين ونلون سوا!
30. شرايك نعجن ونسوي أشكال مختلفة بالعجين؟
31. تعال نلعب لعبة "ابحث عن الكنز"!
32. شتقول نتعلم أغاني أو أناشيد حلوة؟
33. خل نسوي تجربة علمية بسيطة ونتعلم شغلات جديدة!
34. شرايك أقرأ لك قصة جديدة قبل ما تنام؟
35. تعال نكتب يومياتك بدفتر صغير، ونرجع نقرأها بعدين!
36. شتقول نكتب رسالة لشخص نحبه ونفرحه؟
37. تعال نلعب بفقااعات الصابون، نطلقها للسماء!
38. شرايك نروح نطعم الطيور بالحديقة ونشوفهم عن قريب؟
39. تعال نسوي زينة من الورق ونعلقها بغرفتك!
40. شتقول نكتب حروف على الرمل ونتعلم شكلها



50

عبارة لترك الموبايل



41. تعال ساعدني نطوي الملابس، نخلي كل شي مرتب!



42. شرايك نطلع نمشي شويه ونغير جو؟



43. شتقول نزرع بذور صغيرة ونشوفها تكبر كل يوم؟



44. تعال نرسم بألوان مائية ونسوي رسومات غريبة!



45. شرايك نسوي دمية من قماش قديم ونلعب بيها؟



46. تعال نرتب الأشكال حسب الأحجام والألوان!



47. شتقول نرتب الألوان حسب تدرجها ونشوف شنو يطلع؟



48. شرايك تشاركني قصة ممتعة تعرفها؟



49. تعال نخلي رسائل سرية بالألوان ونشوف شنو نقراها؟



50. شتقول نبتكر قصة جديدة من خيالك ونسوي لها مشهد؟





30

عبارة للدراسة

- ☐ 1. "تدري شنو راح يصير إذا درست؟ تصير أفكارك أسرع!"
- ☐ 2. "يلا نشوف شطارتك اليوم، چم سؤال تگدر تجاوب؟"
- ☐ 3. "تعال نحسب الوقت، چم دقيقة تگدر تخلص هالفقرة؟"
- ☐ 4. "كلما تخلص بسرعة، يبقى عندك وقت تلعب وتستمتع."
- ☐ 5. "تخيل إذا خلصت هسه، شلون راح ترتاح بعدين."
- ☐ 6. "يلا نبدأ شويّة شويّة، كل شوي تگدر توصل خطوة جديدة!"
- ☐ 7. "إنت شگد شاطر، تعال علمني شلون تفكر بحل هالسؤال."
- ☐ 8. "خلينا نشوف عبقريتك بالشغل.. تعال ندرس سوا شويّة."
- ☐ 9. "أكو تمرين، تخيل نفسك معلم وشرح لي شلون تحله."
- ☐ 10. "بقيت خطوات بسيطة وتكمل خلينا نبلش ونشوف شلون."
- ☐ 11. "تعال نسويها مثل التحدي ونشوف شگد تگدر تحل بوقت قياسي."
- ☐ 12. "إنت لما تدرس، تفتح لنفسك أبواب جديدة من المعرفة."
- ☐ 13. "لو خلصنا هالفقرة، نبدي بالفقرة الجاية بخطوة ثابتة."
- ☐ 14. "ورا ما تخلص هالجزء، يكون عدك وقت لنشاطاتك."
- ☐ 15. "شو رأيك نقرأ ربع ساعة، وبعدين نطلع نغير جو."
- ☐ 16. "شوف، إذا درست هسه، راح تصير أستاذ نفسك."
- ☐ 17. "يلا عيني، چم خطوة وتكون حققت هدفك لليوم."
- ☐ 18. "عندي فكرة، ندرس شويّة وبعدين نعمل فد بريك صغير."
- ☐ 19. "يلا نبدي، مثل الأبطال اللي يكملون خطوتهم للنهاية."
- ☐ 20. "تعال راوي شلون تگدر تنجز كل شي بتركيز عالي."



30

عبارة للدراسة



21. "تعال نفتح صفحة ونتعلم شي جديد يضيفك اليوم."



22. "دوم نحب نشوف شطارتك بالأفكار الجديدة.. يلا نبدأ!"



23. "تدري چم شغلة ممتعة ممكن نكتشفها واحنا ندرس؟"



24. "كل يوم تدرس بيه، تتعلم شي يجعلك أقوى بالأفكار."



25. "إذا درست هسه، باچر تلاقي عندك وقت لكل شيء."



26. "خلينا نشوف حلّك لهاي المسألة بسرعة ونكمل."



27. "كل مرة تتعلّم، يصير عندك شي جديد وممتع تضيفه."



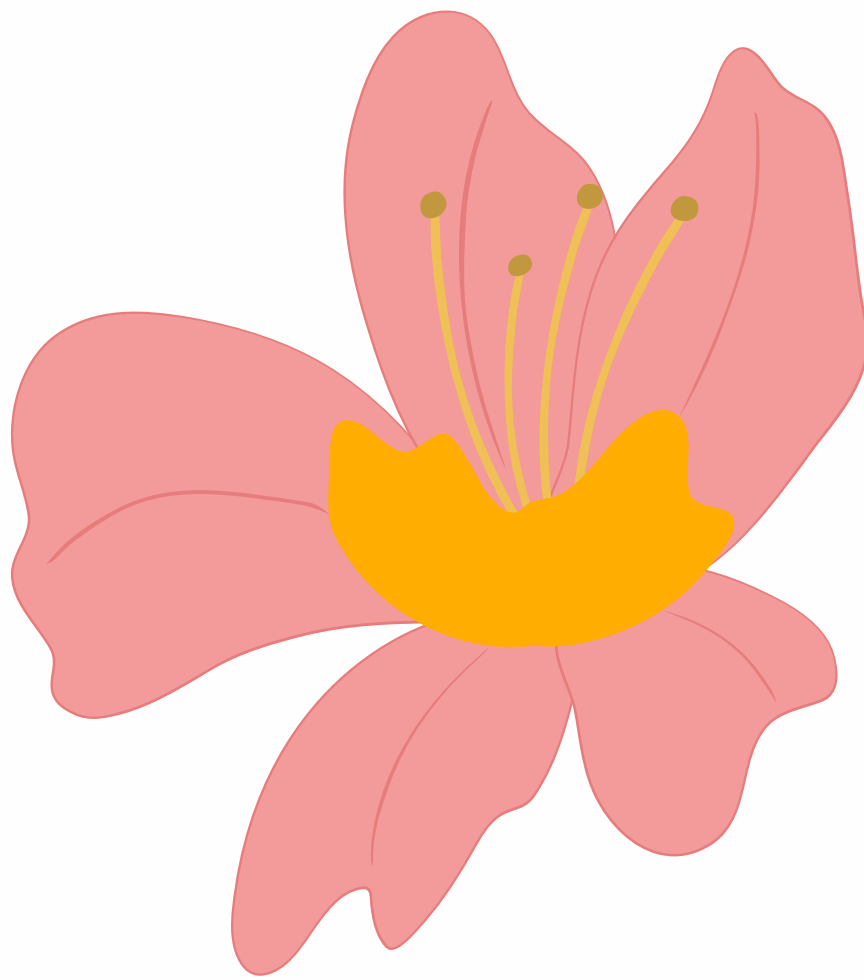
28. "تعال نبدأ ويا بعض خطوة خطوة، وراح تخلص وأنت مرتاح."



29. "إنت مبدع، وأي خطوة تخطيها بالتعلم هي إنجاز رائع."



30. "تدري شگد حلو تحس بالتقدم يوم بعد يوم؟ يلا نبدي!"





30

للتعبير عن المشاعر

1. ما أكثر شعور تشعر به اليوم؟
2. هل يمكنك وصف شعورك الآن باستخدام لون معين؟
3. متى تشعر بالسعادة؟ وما الذي يجعلك سعيداً؟
4. ما الأشياء التي تجعلك تشعر بالحزن؟
5. هل يمكنك أن تخبرني عن شيء يثير غضبك؟ كيف تتصرف عندما تشعر بالغضب؟
6. هل شعرت بالخوف من قبل؟ ماذا كان السبب؟
7. هل سبق أن شعرت بالغيرة؟ متى ولماذا؟
8. متى تشعر بالفخر بنفسك؟
9. كيف تتعامل مع صديق يشعر بالحزن؟
10. هل تشعر بالراحة عند مشاركة مشاعرك مع الآخرين؟ لماذا؟
11. هل يمكنك تذكر موقف جعلك تشعر بالخجل؟
12. ما هي النصيحة التي تقدمها لصديق غاضب؟
13. ماذا تشعر عندما ترى أحدهم سعيداً؟
14. هل تشعر بالتوتر أمام الغرباء؟ كيف تتغلب على هذا الشعور؟
15. هل شعرت بالخيانة من قبل؟ ماذا فعلت بعد ذلك؟
16. ما الشيء الذي يجعلك تشعر بالأمان؟
17. إذا شعرت بالخوف، ماذا تفعل للتخفيف منه؟
18. هل يمكنك مشاركة قصة شعرت فيها بالحماس؟
19. ماذا تفعل عندما تكون مستاءً؟
20. كيف تعرف أنك غاضب؟



30

للتعبير عن المشاعر



21. إذا كان لديك صديق يشعر بالقلق، كيف يمكنك مساعدته؟



22. كيف يمكنك تهدئة نفسك عندما تكون متوترًا؟



23. ماذا تفعل عندما تشعر بالملل؟



24. هل شعرت بوجود مشاعر مختلطة من قبل؟ ماذا كانت؟



25. كيف تعرف الفرق بين الحزن والغضب؟



26. ما هو الشيء الذي يقلقك في المستقبل؟ لماذا؟



27. هل يمكنك تذكر موقف كنت فيه متوترًا جدًا؟ كيف تعاملت معه؟



28. هل تشعر أحيانًا بعدم الرغبة في الحديث عن مشاعرك؟ لماذا؟



29. هل من السهل عليك فهم مشاعر الآخرين؟ كيف؟



30. ما الذي تحتاجه عندما تشعر بعدم الراحة أو الإرهاق؟

