



عزيزتي الأم كيف تعودي
ابنتك المستجدة على
الكتابة السليمة



رؤية
2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

وزارة التعليم
Ministry of Education



عزيزتي الأم كيف تعودى ابنتك المستجدة على الكتابة السليمة

- ١١ الجلسة الصحية علي الكرسي ٠٠٠ بحيث يكون الجسم مستقيما لا معوجا ، والرأس معتدلا مائلا إلي الأمام قليلا ، والصدر بعيدا عن حافة المكتب ، والفخذان أفقيتين .
١٢ وضع الكتاب أو الكراسة علي المكتب ، مع مراعاة المسافة بين عيني التلميذة سلطان والكتاب أو الكراسة أثناء القراءة أو الكتابة .
١٣ مسك القلم بطريقة صحيحة بين أصابع اليد اليمنى الثلاثة (الوسطى والسبابة والإبهام) بحيث يكون القلم منحنيا علي الورقة بزاوية مناسبة ، سلطان وأن تبعد الأصابع قليلا عن رأس القلم ، ولا تمسكه بشدة سلطان



سلطان

- ١٤ توفير الإضاءة الصحية المناسبة أثناء الكتابة ، وتكون من خلف التلميذة بتوزيع مناسب سلطان .

- ١٥ اصطحاب مستلزمات الكتابة علي أن تكون كاملة من النوع الجيد . سلطان
١٦ وضع الكراسة موازية لحافة المكتب بشكل متناسب مع وضع اليد أثناء الكتابة . سلطان
١٧ الكتابة علي السطر وعدم الميل عنه ، والكتابة من اليمين لليساار ، ومن أعلى الحرف إلي أسفل ، ومحاكاة الطريقة الصحيحة في رسم الحرف والكلمة حسب خط النسخ الذي سار عليه كتاب التلميذة ، والكتابة سطر بعد سطر . سلطان
١٨ المحافظة علي النظافة والدقة والترتيب والنظام الصحيح في الكتابة . سلطان
١٩ الاستراحة بين فترات الكتابة للابتعاد عن الإجهاد والملل أثناء الكتابة . سلطان
١٠ هجر العادات السيئة كوضع القلم في الفم ، أو تلويث الأصابع والكراسات والملابس ، أو نثر الحبر علي الأدراج أو أرض الفصل وحيطانه . سلطان

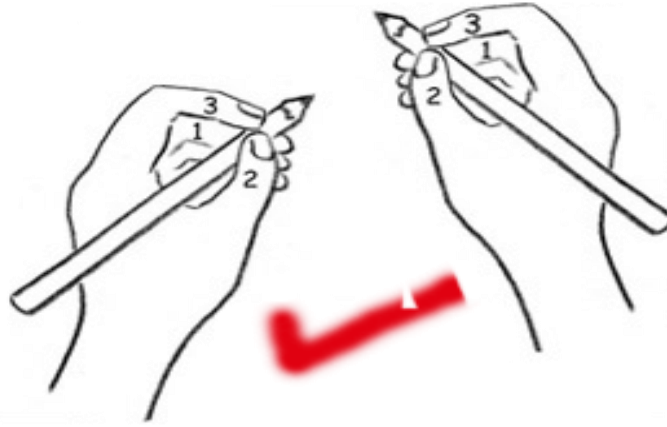


مسك القلم بطريقة صحيحة بين أصابع اليد اليمنى الثلاثة
(الوسطى والسبابة والإبهام) بحيث يكون القلم منحنيًا علي
الورقة، بزواوية مناسبة،
وأن تبعد الأصابع قليلا عن رأس القلم، ولا تمسكه بشدة

تصميم
مرشدة الطالبات
حسنه حمدي



تصميم
مرشدة الطالبات
حسنه حمدي



(1) الإصبع الطويل

(2) الإبهام

(3) إصبع الإصبع

رَدَّ على جميع اصابع اليد



لا تضغط على الاصبع
بهذا الشكل (الشار إليه)



كل الاصابع تضغط على
السكة بشكل مباشر

لا تفعل بذلك..



ويجب عدم الضغط بقوة على القلم حتى لا يسبب الألم.



٣ - السبابة

٢ - الإبهام

١ - الأوسط

سلطان

قائدة المدرسة
عائشة محمد الحمدي

مرشدة الطالبات
حسنة محمد حمدي