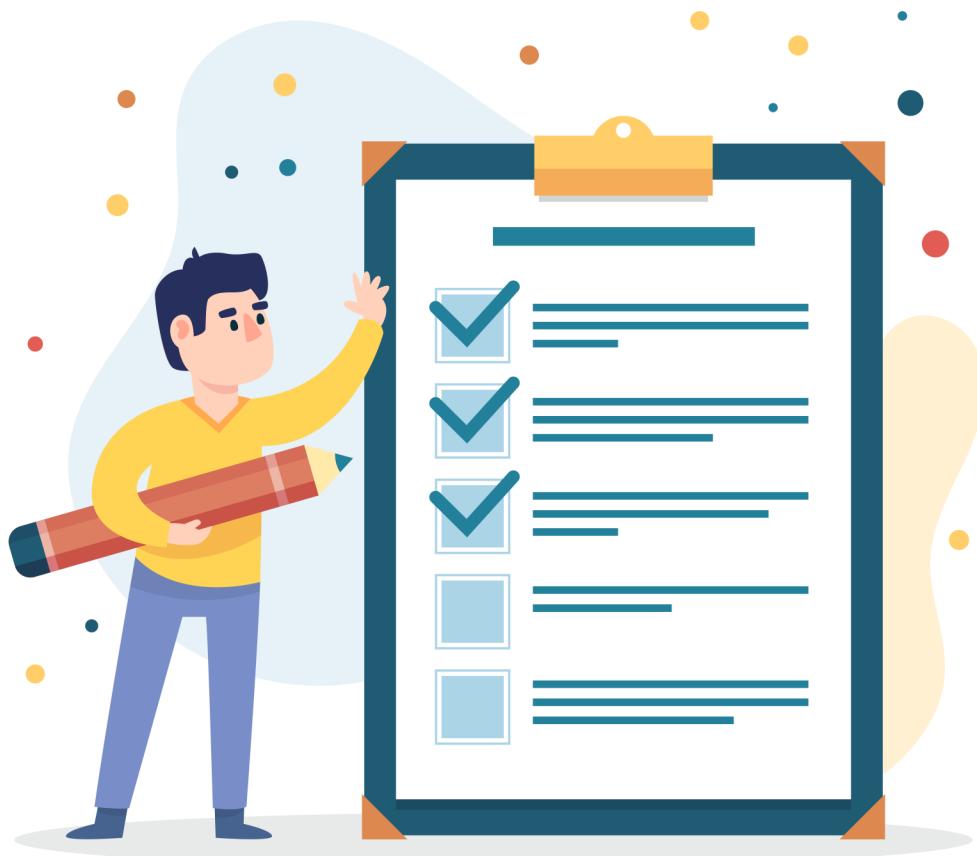


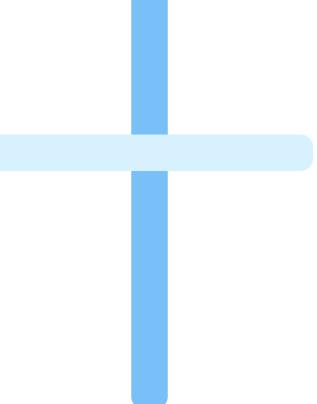
# الجدول اليومي للأسرة



## الفترة الصباحية: (وقت العمل والاجتهاد)

- أبدوا يومكم بالأذكار + قراءة القرآن قال تعالى (وَقُرْآنَ  
الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا) الإسراء/78
- اصنعوا روتين عملي وتعليمي صباحي لأداء الفروض.  
الدراسية والعمل لجميع أفراد الأسرة.
- سجل في بعض البرامج والدورات التدريبية أونلاين مثل  
تعلم اللغة الإنجليزية.



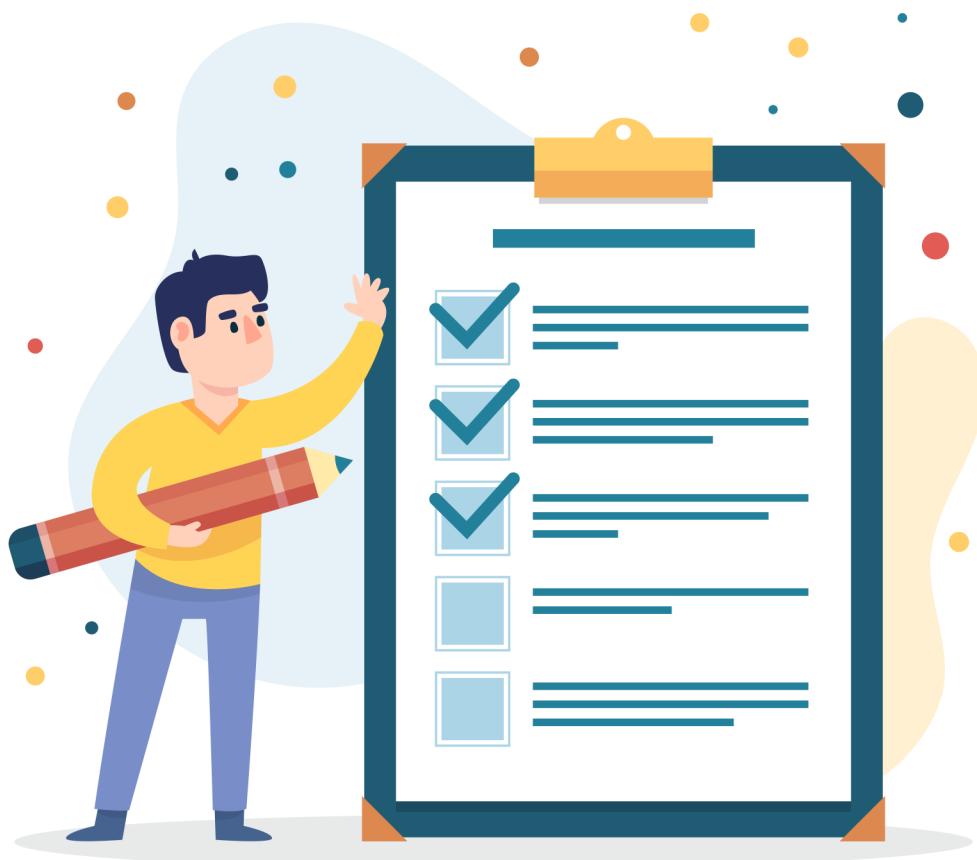


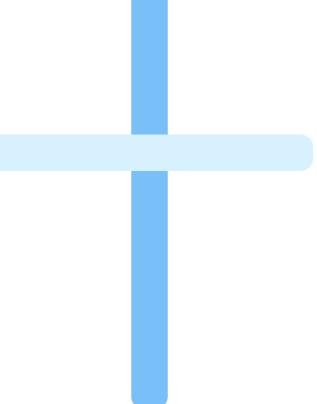
## الفترة الصباغية: وقت العمل والاجتهاد

الفترة الصبادية	السبت	الأحد	الأثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
ساعة 5							
ساعة 6							
ساعة 7							
ساعة 8							
ساعة 9							
ساعة 10							
ساعة 11							
ساعة 12							

## فترة ما بعد الظهر: (وقت الاستكان)

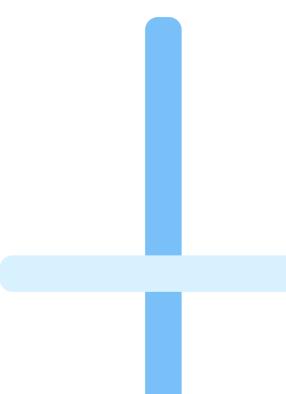
- حددوا وقت للراحة بعد المجهود الصباغي
- اعطوا الأطفال قسط من النوم لمدة ساعة بعد وجبة الغداء
- جهزوا بعض المسليات لفترة المساء وابحثوا عن صور لنشاطات منزلية يمكن تنفيذها سواء للأطفال او البالغين تتناسب افراد اسراتك وتطور منهم حسب احتياجاتهم.





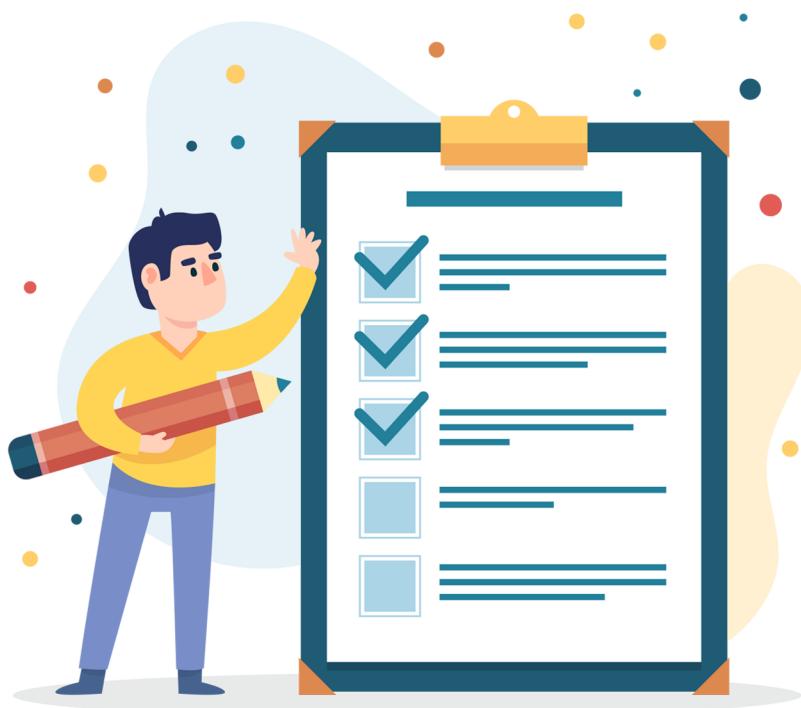
## الفترة ما بعد الظهر: وقت الإستكان

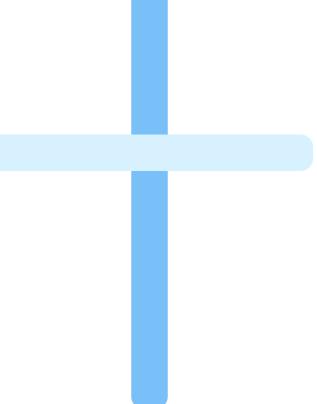
الفترة الظهيرية	السبت	الأحد	الأثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
ساعة 1							
ساعة 2							
ساعة 3							
ساعة 4							
ساعة 5							



## الفترة المسائية: (وقت المشاركة والاستمتاع)

- اذكار المساء
- أعمل قائمة بأهم النشاطات اليومية التي ترغب بمشاركة العائلة فيها وحدد كل يوم نشاط معين مثل قائمه بأسماء أفلام لمتابعتها، العاب، مواضيع لمناقشتها....
- اصنع مسابقات عائليه ويمكن الاستفادة من بعض التطبيقات التي تساعد في رصد أسرع الإجابات وتحديد الفائز مثل تطبيق Kahoot
- حددوا ساعة للقراءة يومياً لكل فرد كتاب أو حتى مقال أو يمكن الاشتراك في برامج الكتب الصوتية والاستعانة بالقصص الإلكترونية او تطبيق عصافير للقصص من أجل الأطفال وبعد الانتهاء من الممكن طرح سؤال على الجميع ما لفکرہ التي تعلمتها او ترغب في مناقشتها او التعليق عليها من خلال ما قرأت اليوم؟
- اختموا ضجيج يومكم بركعة واسأّلوا الله السلامة والفرج لنا جميعا





## الفترة الم悲哀ية: (وقت المشاركة والاستمتاع)

الفترة المسائية	السبت	الأحد	الأثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
ساعة 6							
ساعة 7							
ساعة 8							
ساعة 9							
ساعة 10							
ساعة 11							
ساعة 12							
ساعة 1							
ساعة 2							
ساعة 3							
ساعة 4							

# الجدول الزمني اليومي لتقييم سلوكيات الطفل

الاسم:

يحصل الطفل على علامة ص ح بجانب كل نشاط يقوم بتأديته على أكمل وجه خلال اليوم ولا يحصل على أي نقطه إذا لم يؤديها كاملا على الأغلب ويحصل على علامة ✕ إذا لم يؤديها بشكل جيد على الأطلاق، كلما زادت نقاط الطفل كافئه بطريقه أفضل.

المجموع الأسبوعي	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الأثنين	الأحد	السبت	
	٥ فجر ٥ ظهر ٥ عصر ٥ مغرب ٥ عشاء	 إقامة الصلاه						
								 الالتزام بالذاكرة
								 الالتزام بالاحترام بين الأدوار
								 المحافظه على النظافة الشخصية
								 استخدام الأجهزة حسب الوجة المنسقة
								 الالتزام بالآداب وقوانين الأسرة بصفة عامة



The logo features the word 'المفداة' (almawaddah) in large, white, stylized Arabic letters. Below it, the English name 'Almawaddah Society for Family Development' is written in a smaller, standard font.

جمعية المودة للتنمية الأسرية  
Almawaddah Society for Family Development

الأسرة من التكوين إلى التمكين  
[www.almawaddah.org.sa](http://www.almawaddah.org.sa)