

مغامرات الثلج



نورة طاع الله

مغامرات

التزلج

نورة طاع الله

نوع العمل : قصة أطفال

الكاتب : نورة طاع الله

تصميم الغلاف : راما محمد

تعبئة وتنسيق : منى وجيه

هذا العمل تم تحت إشراف فريق

كيان اللارواية للنشر الإلكتروني

لينك الجروب

جروب اللارواية

لينك البيدج

اللارواية للنشر الإلكتروني

إن تم تحميل هذا العمل من موقع آخر أو مكان آخر فيعد إنتهاكا لحقوقنا وسرقة أعمالنا وسرقة
حق المؤلف

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني ما هي مغامرات التزلج؟

مغامرات التزلج هي رحلات وأنشطة ممتعة يقوم فيها الأطفال أو الكبار بالانزلاق على الثلج أو الجليد أو حتى على الرمال في بعض الأماكن الخاصة. يشعر المتزلج وكأنه يطير فوق السطح بسرعة وخفة، مما يجعل التزلج من أكثر المغامرات إثارة وممتعة.

التزلج ليس مجرد لعبة، بل هو نشاط رياضي يساعد على تقوية الجسم وتحسين التوازن وزيادة الثقة بالنفس.

تبدأ المغامرة بالاستعداد الجيد، حيث يرتدي المتزلج:

- ملابس دافئة ومريحة.
 - قفازات لحماية اليدين من البرد.
 - خوذة لحماية الرأس.
 - نظارات خاصة لحماية العينين.
 - أحذية التزلج المناسبة.
- بعد ذلك يتعلم المتزلج الوقوف بطريقة صحيحة والمحافظة على توازنه قبل الانطلاق.

أنواع التزلج

1 - التزلج على الثلج

يتم فوق الجبال أو التلال المغطاة بالثلوج. يستخدم المتزلج زلاجات خاصة تساعده على الانزلاق بسرعة على المنحدرات.

2- التزلج على الجليد

يُمارس فوق سطح جليدي أملس داخل ساحات أو بحيرات متجمدة. يحتاج إلى أحذية مزودة بشفرات معدنية صغيرة.

3- التزلج بلوح واحد

يقف المتزلج على لوح عريض بدلاً من استخدام زلاجاتين، ويتحكم بحركته من خلال جسمه وقدميه.

4- التزلج على الرمال

في بعض الصحاري والكثبان الرملية، يستخدم المغامرون ألواحاً خاصة للانزلاق على الرمال الناعمة.

عندما يبدأ الطفل بالتزلج يشعر بالحماس
والسعادة. ينطلق ببطء أولاً، ثم يتعلم
كيف:

- يتحكم في اتجاهه.
 - ينعطف يمينا ويساراً.
 - يتوقف بأمان.
 - يتجنب العقبات.
 - يحافظ على توازنه أثناء الحركة.
- كل مرة ينجح فيها في تجاوز منحدر أو
مسار جديد يشعر بالفخر والإنجاز.
- مغامرات التزلج تعلم الأطفال الكثير من
المهارات المهمة، مثل:
- الشجاعة.

- الصبر.
- التركيز.
- سرعة اتخاذ القرار.
- التوازن الجسدي.
- العمل الجماعي عند التزلج مع الأصدقاء.
- كما يتعلم الطفل أن السقوط أحياناً أمر طبيعي، وأن النجاح يأتي بعد المحاولة والتدريب.

فوائد مغامرات التزلج

فوائد جسدية

- تقوية عضلات الساقين.
- تحسين اللياقة البدنية.

• زيادة المرونة.

• تنشيط الدورة الدموية.

فوائد عقلية

• تنمية التركيز والانتباه.

• تعزيز الثقة بالنفس.

• تعلم حل المشكلات بسرعة.

فوائد اجتماعية

• تكوين صداقات جديدة.

• التعاون مع الآخرين.

• تعلم احترام القواعد والتعليمات.

لكي تكون المغامرة ممتعة وآمنة يجب

اتباع بعض القواعد:

• ارتداء معدات الحماية دائماً.

- الاستماع إلى تعليمات المدرب.
- عدم التزلج في الأماكن الخطرة.
- المحافظة على مسافة آمنة من الآخرين.

- التوقف عند الشعور بالتعب.
- عدم التهور أو محاولة الحركات الصعبة دون تدريب.

في صباح شتوي جميل، ذهب الطفل سامي مع أسرته إلى منطقة ثلجية. في البداية كان خائفاً من التزلج، لكنه ارتدى خوذته واستمع إلى تعليمات المدرب.

بدأ سامي بالانزلاق ببطء، ثم تعلم كيف ينطف ويتوقف. وبعد عدة محاولات استطاع النزول من منحدر صغير بنجاح.

شعر بالسعادة الكبيرة ووفق له
أصدقائه.

عندما عاد إلى المنزل أخبر الجميع عن
مغامرته الرائعة، وتعلم أن الشجاعة لا
تعني عدم الخوف، بل تعني المحاولة
والتعلم رغم الخوف.

مغامرات التزلج من أمتع المغامرات
للأطفال، فهي تجمع بين المرح والرياضة
والتعلم. تساعد الأطفال على اكتشاف
قدراتهم، وتقوي أجسامهم، وتعلمهم
الشجاعة والثقة بالنفس. ومع الالتزام
بقواعد السلامة، تتحول مغامرة التزلج
إلى تجربة جميلة مليئة بالذكريات السعيدة
والإنجازات الممتعة.

هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

Do you know, my son, what skiing adventures are?

Skiing adventures are fun trips and activities where children or adults glide on snow, ice, or even sand in some designated areas. The skier feels as if they are flying above the surface with speed and lightness, making skiing one of the most exciting and enjoyable adventures.

Skiing is not just a game; it's a sporting activity that helps strengthen the body,

improve balance, and increase self-confidence.

The adventure begins with proper preparation, where the skier wears:

- **Warm and comfortable clothing.**
- **Gloves to protect the hands from the cold.**
- **A helmet to protect the head.**
- **Special goggles to protect the eyes.**
- **Appropriate ski boots.**

Then, the skier learns to stand correctly and maintain their balance before starting.

Types of Skiing

1 -Snowboarding

This takes place on snow-covered mountains or hills. The skier uses special skis that help them glide quickly down the slopes.

2 -Ice Skating

This is practiced on a smooth icy surface in parks or frozen lakes. It requires boots with small metal blades.

3 -Single boarding

The skater stands on a wide board instead of using two skates and controls their movement with their body and feet.

4 -Sandboarding

In some deserts and sand dunes, adventurers use special boards to glide on the soft sand.

When a child starts skateboarding, they feel excited and happy. They start slowly at first, then learn how to:

- Control their direction.**

- **Turn right and left.**
- **Stop safely.**

5 -Avoid obstacles.

6 -Maintain their balance while moving.

Each time they successfully complete a new slope or route, they feel proud and accomplished.

Skiing adventures teach children many important skills, such as:

- **Courage.**
- **Patience.**
- **Focus.**

- **Quick decision-making.**
- **Physical balance.**
- **Teamwork when skateboarding with friends.**

Children also learn that sometimes falling is normal, and that success comes after trying and practicing.

Benefits of Skiing Adventures

Physical Benefits

- **Strengthens leg muscles.**
- **Improves physical fitness.**
- **Increases flexibility.**
- **Stimulates blood circulation.**

Mental Benefits

- **Develops focus and attention.**
- **Boosts self-confidence.**
- **Learns to solve problems quickly.**

Social Benefits

- **Making new friends.**
- **Cooperating with others.**
- **Learning to respect rules and instructions.**

**To make the adventure fun and safe,
some rules must be followed:**

- **Always wear protective gear.**

- **Listen to the instructor's instructions.**
- **Do not ski in dangerous areas.**
- **Maintain a safe distance from others. Stop when you feel tired.**
- **Do not be reckless or attempt difficult moves without practice.**

On a beautiful winter morning, young Sammy went with his family to a snowy area. At first, he was afraid to ski, but he put on his helmet and listened to the instructor's instructions.

Sammy started skiing slowly, then learned how to turn and stop. After several attempts, he was able to successfully descend a small slope. He felt incredibly happy, and his friends applauded him.

When he returned home, he told everyone about his wonderful adventure and learned that courage doesn't mean the absence of fear, but rather trying and learning despite it.

Skiing adventures are among the most enjoyable for children, combining fun,

sport, and learning. They help children discover their abilities, strengthen their bodies, and teach them courage and self-confidence. With adherence to safety rules, a skiing adventure becomes a beautiful experience filled with happy memories and enjoyable accomplishments.
