



التوحد في البيت وتنمية مهاراته

منصة إرادة بالتعاون مع الصندوق الكندي لدعم المبادرات المحلية

غالبًا يشير مرض التوحد (Autism) والذي يُعرف باسم اضطراب طيف التوحد (ASD) إلى مجموعة واسعة من الحالات التي تتميز بالتحديات في المهارات الاجتماعية والسلوكيات المتكررة والكلام والتواصل غير اللفظي.

تختلف أعراض اضطراب طيف التوحد من حالة لأخرى، إلا أنّ الطفل المصاب غالبًا ما يُواجه مشاكل في التفاعل والتواصل مع الآخرين، كما يتصرف بطريقة فريدة ومختلفة مقارنةً بأقرانه؛ لذا قد يُواجه الوالدان الكثير من الصعوبات والضغوطات لتربيته وتعليمه، في هذا الدليل سنقدم مجموعة من التمارين التي يمكن تنفيذها في المنزل.

التدريب على التواصل

- استخدام الألعاب التي يحبها والتي تناسب مستواه

- استخدام كلمات بسيطة وجمل قصيرة عند التحدث معه

- تكرار الأوامر بشكل ملحوظ وبصوت واضح مع إعطاء فرصة للطفل للاستجابة

- الاستجابة له إذا أراد شيء

- لا تتجاهله ولا نعترض عليه ويجب تحمله وتقبله

- نوضح له بهدوء مالا يجب فعله إذا قام برمي شيء مثلاً

التدريب على طلب الأشياء

- إذا أردت تعليم الطفل شيء ما ... أولاً نريه ذلك الشيء ثم نذكر اسم الشيء بصوت واضح ومفسر لحركة الشفاف ونكرره من مرتين إلى ثلاث مرات ثم نصمت قليلاً لإعطاء الطفل الفرصة للاستيعاب ثم نكرر

- إذا استجاب الطفل ونطق الكلمة نشكره ونثنى عليه ونعطي الشيء له

- وإذا لم يستجب نبحث عن شيء آخر يلتفت انتباهه ثم نحاول التمرين معه بنفس الطريقة مرة أخرى

- وإذا لم يستجب أيضاً نحاول استعمال الإشارة مع الأشياء التي يفعلها في نفس الوقت فمثلاً إن كان يشرب ماءً أو عصير نشاور باليد على الكوب ونقول مياه بصوت واضح ومع التكرار سيجاول النطق، ولكن يجب التكرار وعدم الملل من ذلك ...

التدريب على التواصل البصري

القطع والوصل: وهو من أكثر التمارين والأساليب التي ستساعد طفلك على تعزيز التواصل البصري، وذلك من خلال قيامك بالربط بين الاتصال البصري مع الطفل وبين ما يريد الحصول عليه.

مراقبة العين: يمكن استخدام لعبة مراقبة العين لمعرفة الحقيقة، وهي من خلال قيامك بوضع عدد من الأكواب وإخفاء شيء ما تحتها، ثم تنتظر للطفل وتحاول إخباره بمكان الكوب الصحيح من خلال النظر إلى الكوب والمشاورة إليه.

الرسم على الوجه: يمكنك أن تترك طفلك يرسم على وجهك لتساعده على تقوية الاتصال البصري معك ولتنمية الروابط العاطفية بينكم.

العب النظر إلى الوجه: إن لعبة النظر إلى الوجه تساعد الطفل على تعزيز التواصل البصري مع طفلك مثل تغيير تعابير الوجه أو ارتداء أقنعة.

لعبة إشارة العين: يمكنك اللعب مع طفلك لعبة الإشارة بحيث أنه يمكنك النظر لإحدى الأماكن وطفلك سيقوم بالمثل.

تدريب الطفل على دخول الحمام

- عندما تبدأ بتدريب طفلك على الحمام يجب مراعاة عدم تغيير البيئة المحيطة بالطفل، بل يجب تركها كما هي حتى لا تتسبب في توتر طفلك.

- يجب قبل أن تبدأ تدريب طفلك أن تقوم بالتأكد من عدم إصابته بأية أمراض أو مشكلات صحية تمنعه عن التبول أو تعيق عملية الإخراج.

- عليك قبل بدء تدريب طفلك أن تحدد الأوقات التي يتبول فيها أو يقوم بالإخراج فيها ليتم تدريبه في نفس تلك الأوقات.

الخطوة الأولى: يجب أن تقوم باختيار الكلمات التي ستقوم باستخدامها عند الإشارة لأعضاء جسم الطفل والكلمات التي ستستخدمها لتوجيه الطفل ليقوم بعملية الإخراج.

الخطوة الثانية: يجب أن تقوم بإعداد كرسي الحمام إعداداً جيداً وجعل البيئة المحيطة مريحة للطفل وغير موترة له.

الخطوة الثالثة: يجب أن تقوم بتعليم الطفل أن يعبر عن حاجته لدخول الحمام بالإشارة أو بالكلام، وألا يشعر بالخجل من طلب مثل ذلك الأمر.

التدريب على الأكل

1 - يمكن تقسيم الوجبات الصغيرة إلى أجزاء أصغر وتقديم تلك الأجزاء على مدار اليوم كل ساعة.

2 - يجب تدريب الطفل على الأكل في نفس مواعيد الأكل وليس في مواعيد أخرى.

3 - يجب تدريب الطفل على وضع يديه اليسرى على حجره واليد اليمنى للأكل، حتى يتعلم عدم القبض على الأكل بكتنا يديه.

4 - يبدأ التدريب بإمسك الأم يد الطفل الممسكة بالمعلقة، ثم بالتدريج تبدأ بتخفيف ضغط يديها على يديه ليبدأ بالتحكم بها بنفسه.

5 - يتم تقديم كل أداة من أدوات الأكل على نحو منفصل في جلسة التدريب.

6 - يجب تقديم نوع واحد من الطعام وأن يكون مناسباً للأداة التي سيستخدمها الطفل.

7 - يجب تشجيع الطفل وتجنب العصبية أو المضايقة أثناء تعليمه.

تعليم طفل التوحد الجلوس



من تمارين الجلوس من التمارين المهمة للأطفال فهي من المهارات الأساسية التي يجب أن يتدرب عليها الطفل للاستعداد لعملية التعلم.

ثبيراً ما نواجه مشاكل مع المدرسة بسبب عدم قدرة الطفل على الجلوس؛ وهنا يتوجب علينا وضع خطة علاجية سلوكية نبدأ بتعليم لطفل من خلالها الجلوس من خلال ستراتيجية التشكيل التي تهدف إلى لمساعدة في تعليم مهارات وسلوكيات جديدة عن طريق التدريب لتشكيل السلوك لمُستهدف بالإضافة إلى استخدام التعزيز.

نفترض أن الطفل لا يستطيع الجلوس ذاً أضع هدف له الجلوس لـ 5 دقائق وهنا يبدأ معه بتشكيل السلوك بالتدريب من 1 ثانية فقط وأقوم بإعطائه المعزز (الشيء المفضل لديه) ثم يتم استعمال التعزيز لتفاضلي وهو تعزيز استجابة قريبة لمحاولة الصحيحة وهنا سنبدأ بإعطاء الطفل لمعزز بعد زيادة المدة لـ 5 ثواني ثم 10 واني ثم الأقرب فالأقرب للمحاولة لصحيحة إلى حين الوصول إلى الاستجابة لصحيحة المطلوبة وهي الجلوس لمدة 5 دقائق.

هنا عندما يبدأ الطفل بالجلوس واللعب في كان العمل هنا نبدأ مع الطفل بالانتقال لتدريجي إلى مهمات بسيطة جداً لكي تشكل سلوك التعاون من قبل الطفل مثل إعطاء لأوامر للطفل بالألعاب المحببة له مثل: تقطيع الفواكه – التلوين – تركيب مكعبات – اللعب بالماء.

نقاط هامة لتمرين الجلوس

- علينا البدء بتشكيل سلوك الجلوس من الوقت الذي يتحملة الطفل ونزيد الوقت تدريجياً فمثلاً:

طفل لا يجلس أبداً! نبدأ معه من ثانية واحدة فقط ونزيد المدة تدريجياً للوصول لـ 5 دقائق.
طفل يستطيع الجلوس 5 دقائق نبدأ معه من 6 دقائق ونزيد المدة للوصول لـ 10 دقائق.

-تخفيف التعزيز عند إتقان الفرد الخطوة الحالية وزيادة التعزيز للمرحلة الجديدة التي نستهدفها فمثلاً نقوم بتعزيز الطفل عند الجلوس ثانية واحدة ثم بعد الإتقان ننتقل لتعزيز الطفل عند الهدف التالي وهو الجلوس لـ 5 ثواني

-التأكد من إتقان الفرد المرحلة الحالية قبل الانتقال إلى المرحلة التالية و الانتباه إلى أنّ استمرار تقديم التعزيز في المستوى الحالي بعدما يتقنه الطفل وعدم استعمال التعزيز التفاضلي لتعزز الهدف التالي من الممكن أن يُعيق الانتقال إلى المرحلة التالية.

-استخدام المعززات للطفل لكي يتعلم الجلوس من خلالها مثل الألعاب المفضلة للطفل ممكن ربطها بالجلوس.

- علينا تخصيص مكان خاص للطفل مع كرسي وطاولة وقياس التطور من خلال قياس المدة الزمنية التي يجلس الطفل فيها وتطور الطفل في المهارة.

اللعب كعلاج للتوحد

ما علاقة العلاج باللعب بأطفال التوحد: هناك فرق بين أطفال التوحد والأطفال الطبيعيين فيما يتعلق باللعب، ولكن ما هو هذا الفرق؟ يتعلم الأطفال الصغار بشكل عام الكثير من الأشياء عن طريق اللعب، ويمكننا أن نرى بأن الأطفال الطبيعيين يقومون ببناء مهاراتهم البدنية والاجتماعية من خلال اللعب. حيث يتيح لهم اللعب تجربة شخصيات مختلفة عن طبيعتهم والتعرف إلى مجموعة كبيرة من الأصدقاء. بينما يمكننا أن نلاحظ بأن أطفال التوحد يقومون باللعب بطرق مختلفة كلياً عن أساليب الأطفال الطبيعيين، حيث يقومون باللعب بمفردهم، حتى أنهم يكررون اللعبة ذاتها دون هدف ويرفضون التجديد. لذا غالباً ما نرى أطفال التوحد معزولين وغارقين في وحدثهم، وغير قادرين على استكشاف قدراتهم واهتماماتهم بمفردهم. يعتبر العلاج باللعب أداة مهمة لمساعدة الأطفال المصابين بالتوحد كي يصبحوا أكثر وعياً واكتمالاً، كما يمكن أن نراه كأداة مهمة لمساعدة الآباء على تعزيز ارتباطهم الفعال بأطفالهم.

مفهوم العلاج باللعب

يستخدم العلاج باللعب كوسيلة للعلاج النفسي الخاص بالأطفال الذين يعانون من الصدمات النفسية وأزمات القلق والأمراض العقلية، وبعد ذلك أصبح اللعب أداة يستخدمها الأطفال لفهم مشاعرهم وإيجاد آليات مناسبة للتكيف مع محيطهم. أصبح اللعب طريقة علاجية يستخدمها المختصين مع الأطفال المصابين بالتوحد مع تطور العلم، وخصوصاً تقنية تسمى بـ "وقت الأرضية". تعتمد هذه التقنية على تعزيز اهتمامات أطفال التوحد لتطوير مهارات العلاقات والتواصل لديهم.

العلاج باللعب الفعال

من المهم جداً أن تجلس الأم أو الأب مع الطفل على الأرض ويشجعه ويساعده على اللعب. على سبيل المثال، قد يقوم الأهل بوضع الألعاب التي يحبها طفلهم أمامه ويجعله يختار اللعبة التي يجدها مثيرة للاهتمام. إن اختار الطفل لعبة على شكل قطار ليلعب بها، سيقوم الأهل بعرقلة قطار آخر، كي يصبح اللعب ذو هدف وكي يستجيب الطفل لهذا الفعل بشكل لفظي أو غير لفظي. سيبدأ الطفل باكتساب مهارات إبداعية وتفكيرية وسلوكية. يمكن للأهالي أن يقوموا بشراء مجموعة من الألعاب التفاعلية واستخدامها لبناء مهارات أطفالهم، وذلك عن طريق مشاركتهم باللعب وتمثيل أدوار مختلفة (تظاهروا بأنكم تقومون بالطبخ باستخدام أدوات طبخ مصغرة مثلاً).

تمرين المرأة

- يعد تمرين المرأة من التمارين الرياضية الفعالة والرائعة لطفل التوحد، كي يساعده على محاكاة ما يقوم به شخص آخر، مما يعني زيادة وعيه وتنسيقه الجسدي، إضافة إلى تعزيز مهاراته الاجتماعية، عن طريق خطوات التمرين التالية:
- قفي في الاتجاه المقابل لطفلك.
- ضعنا ذراعيكما إلى جانب ساقيكما.
- قومي ببعض الحركات السهلة والبسيطة ببطء، باستخدام ذراعيك كأن تصنعي بعض الدوائر في الهواء.
- قومي بعدها ببعض الحركات الأصعب، وعلى طفلك أن يقلد جميع الحركات التي تقومي بها، وكأنه يقف أمام امرأة، على سبيل المثال إن قمت بتحريك يديك اليمنى اجعل طفلك يحرك يده اليمنى.
- حاولي أن تقومي بملامسة يد طفلك أثناء أداء تمرين المرأة، كي يشعر بالاطمئنان والأمان.
- قومي بممارسة التمرين مع طفلك لمدة دقيقتين، وحاولي في كل مرة أن تغيري نمط التمرين كأن تحركي رأسك أو ساقيك بدلاً من ذراعك.

نظام التواصل بتبادل الصور PECS

هو نظام تواصل يعتمد على مبادلة الصورة بشكل رئيسي للتعبير عن الحاجات الأساسية والتواصل مع الآخرين ويعتبر طريقة تواصل بديلة مناسبة للأطفال المصابين بالتوحد.

إن أول وظيفة سيتعلمها الطفل هي الطلب وذلك في المراحل الأولى من التدريب حيث يتم التركيز على وظيفة الطلب بحيث يدمج فيها المعزز المادي مع المعزز المعنوي ليصبح المعزز المعنوي ذا قيمة لهذا الطفل يتعلم الطفل في هذا النظام التواصل التلقائي أيضاً لذلك لا بد من التقليل من التلقين بشكل تدريجي في جميع المراحل.

إيجابيات نظام التواصل بتبادل الصور

- لا يتطلب أن تكون لدى الطفل مهارات مسبقة لتعليم التواصل
- أثبتت الأبحاث أنه عند تعليم الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد التواصل من خلال تبادل الصور استطاع 40 % منهم تطوير مهارات النطق بعد فترة تتراوح بين سنة وخمس سنوات من التدريب.
- يقلل من درجة الإحباط الناجمة عن عدم القدرة على التعبير عن الحاجات الأساسية بالنسبة للطفل.
- يقلل من الإحباط الأسري الناتج عن عدم قدرتهم على فهم الطفل وكذلك عن السلوكيات الناتجة عن ذلك.

أساليب وأشكال التواصل:

الكلام , لغة الإشارة , لغة الجسد , الإيماءات , الكتابة , الصور.

مراحل التدريب على نظام الصور:

1. النقل الفيزيائي: عند رؤية الطفل شيء محبب سيقوم بالتقاط صورة هذا الشيء ويضعها بيد المدرب بتلقائية.
2. التوسع التلقائي (المسافة والاستمرارية): أن يذهب الطفل إلى ملف التواصل وينتزع الصورة ويذهب بها إلى المدرب ويلفت انتباهه ويضعها في يده.
3. تمييز الصور: يقوم الطفل بطلب أشياء يرغبها بذهابه إلى ملف التواصل واختيار صورة وإعطائها لشريك التواصل.
4. تكوين الجمل: يطلب الطفل الشيء الموجود وغير الموجود بالذهاب إلى كتاب التواصل والتقاط الرمز أو الصورة التي تعبر عن أنا أريد ووضعها على شريط الجملة ومن ثم التقاط الصورة التي يريدها ووضعها على شريط الجملة بعد أنا أريد ومن ثم نزع شريط الجملة وإعطاءه لشريك التواصل.
5. الاستجابة إلى ماذا تريد: الطفل في هذه المرحلة يطلب بشكل تلقائي أشياء متعددة ويجب على سؤال ماذا تريد؟
6. التعليق أو الاستجابة والتلقائية: الطفل يجب لسؤال ماذا ترى؟ ماذا تسمع؟ ما هذا؟ والتعليق التلقائي.

اتباع التعليمات عند أطفال طيف التوحد

عندما يكون الطفل جالس وحيداً لا يفعل شيء وأطلب منه المشاركة أو اللعب بشيء معين أو إحضار شيء معين ولا يتجاوب معي هل من الممكن أن يتعلم أشياء جديدة في حياته؟ بالطبع من الصعوبة اكتساب مهارات جديدة وهو لا يستجيب للأوامر والتعليمات، وهنا تكمن أهمية هذا الموضوع وبخاصة أطفال طيف التوحد.

- استخدام الأشياء والألعاب المفضلة لدى الطفل: لمساعدة الطفل وفتح باب للتواصل معه يجب التقرب منه بما يحب، لتجنب نوبات الغضب والتهرب. على سبيل المثال، إذا كان الطفل يحب الألوان والأشكال ندرجه عن طريق الألوان والأشكال، وإذا كان يحب الحروف والأرقام ندرجه عن طريق اللعب بالحروف والأرقام.

- استخدام نبرة صوت طبيعية والابتعاد عن النبرات المرتفعة: عندما تبدأ الأم بطلب الأشياء من الطفل وتدريبه على الاستجابة يجب الاستغناء عن نبرة الصوت العالية والابتعاد عن الصراخ. لأن الطفل سيعتاد عدم التجاوب للأوامر إلا إذا كانت بصوت مرتفع أو سيبدأ بالتجاوب لأوامر معينة تبعاً لنبرات الصوت وحدتها.

- تلقين الطفل كيفية الاستجابة: إذا كان الطفل يحب الأشكال ويلعب بها وقالت له الام ضع هذا المكعب فوق الآخر. يجب أن تكون الأم بجانب الطفل وتعطيه الأمر وتدريبه على الاستجابة. تمسك الأم بيد الطفل وترفع المكعب معه لتضعه فوق الآخر. وإذا بكى الطفل أو دخل بنوبة غضب أو تجاهل طلب الأم يجب على الأم أن تتجاهل وتركز على الهدف.

إعطاء أوامر والتعليمات ضمن السياق اليومي: ننظر للأشياء الروتينية التي سيفعلها الطفل ونعطيه تعليمات فيها. إذا كان روتين الطفل عندما يستيقظ شرب الماء (نقول له الأم: أحضر الكوب، املاه بالماء، اشرب) وبهذا تكون قد أعطته ٣ أوامر. يصبح الطفل يتقبل صوت الأم وقادر على معالجة جمل المواقف اليومية، وتفعل ذات الشيء عند غسل اليدين.

إعطاء الأوامر والتعليمات للطفل ضمن مسافات قصيرة واختيار الوقت المناسب لها: لا يمكن أن يكون الطفل مشغول ومستمتع بلعبة يلعبها وتطلب الأم منه فجأة أن يحضر شيء من المطبخ!! بل يجب إعطاء الطفل التعليمات بسياق مقبول دون فرض شيء عليه في وقت غير مناسب.

- البدء بالأوامر السهلة والتدرج في صعوبتها: بعد استجابة الطفل للأوامر البسيطة أثناء لعبه ثم أثناء الروتين والمواقف اليومية، تستطيع البدء بإعطائه أوامر سمعية لا تحتاج لوجود أشياء فقط تحتاج معالجة سمعية، مثل (أين عينك؟ أين أذنك؟ أين فمك؟ صفق، ارفع يديك، الإشارة إلى صور معينة ... ويشير الطفل للمطلوب).

- الاستجابة مع الآخرين: على الأم أن تحث الطفل على التفاعل مع الناس الأقارب والجيران وكيف يتواصل معهم بدلاً من سماعهم وتجاهلهم، سيبدأ الطفل بفهم مبدأ التواصل على أنه منهج حياة ويجب التعامل معه ولا يمكنهم التهرب.

- سحب المكافآت والمساعدة تدريجياً: عند الاستجابات الأولى تعطي الأم لطفل ما يحبه كمكافأة على أدائه (هاتف، سناك صحي، لعبة ...) ولكن مع الوقت يجب سحب هذه المكافآت والمساعدات الأخرى وتخفيفها.

التمارين الرياضية لأطفال التوحد

تمرين الدب الزاحف: يساعد هذا التمرين طفلك المصاب بالتوحد في تطوير وعيه بجسده، كما أنه يعزز تنسيقه وتخطيطه الحركي بشكل رائع. إضافة إلى ذلك، يمكنكم أن تلاحظوا أن طفلكم سيكتسب قوة أكبر في الجزء العلوي من جسده بعد تكراره لهذا التمرين.

- نبدأ القيام بهذا التمرين بالركوع على أيدينا وأرجلنا، منتبهين إلى وضع أيدينا تحت أكتافنا وركبنا تحت وركنا.
- نقوم بعدها بتمديد الساقين قليلاً، ومن ثم نفتح أيدينا كي تلامس أصابعنا الأرض بشكل مباشر.
- ابدأ أنت وطفلك بالمشي باستخدام اليدين والقدمين لمسافة لا تتجاوز 3-6 أمتار في الغرفة.
- والآن سنقوم بالعودة إلى مكاننا الأصلي بنفس الطريقة، لكننا سنقوم بالسير إلى الخلف.
- إن كنت تبحث عن أفضل النتائج، ننصحك بأن تزيد وتبطين من سرعتك في كل مرة تكرر فيها التمرين.

تمرين رمي الكرة الطّبيّة: يعتبر هذا التمرين مهم لأنه يحسن قوة الجسم وتعزز توازنه، كما أنه يساعد الطفل على تحسين مهارات التنسيق. يتميز هذا التمرين بأنه قادر على تحقيق فوائد علاجية أساسية لطفلك، كتحفيز مراكز الدماغ المسؤولة عن الذاكرة قصيرة المدى .

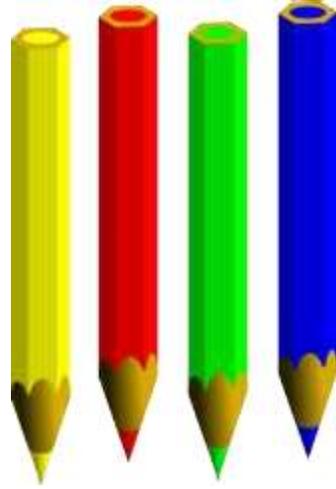
- ساعد طفلك في الوقوف بشكل جيّد، واعطه الكرة حتّى يمسك بها بكلتا يديه.
- علّم طفلك أن يرفع يديه فوق رأسه، ومن ثم ساعده في تثبيت ذراعيه بشكل مستقيم.
- أخبر طفلك بأن يرمي الكرة بكل ما أوتي من قوّة على الأرض.
- علّمه أن يحني ركبتيه فقط كي يلتقط الكرة.
- ننصحكم بتكرار التمرين ما لا يقل عن 20 مرة.
- إن شعرتم بأن طفلكم يقوم بالتمرين على أكمل وجه، يمكنكم أن ترفعوا مستواه برمي الكرة إلى هدف معين أو زيادة وزن الكرة قليلاً.

تمرين قفزات النجوم: تعتبر التمارين الرياضية التي تتضمن القفز أحد أفضل التمارين على الإطلاق، فهي قادرة على مساعدة الجسم بأكمله. يقوم هذا التمرين بتحسين قدرة التحمل القلبي الوعائي لدى طفلك، كما أنه يعزز له قوة ساقيه بشكل خاص. لعل أحد أفضل نتائج هذا المذهل هي زيادة وعي الطفل بجسده، الأمر الذي يعتبر في غاية الأهمية.

- اجلس مع طفلك في وضعية القرفصاء، احرص على ثني ركبتيه وترك قدميه مسطّحتين على الأرض وذراعيه مثبتتين باتجاه الصدر.
- علّم طفلك أن يقفز بسرعة من وضعية القرفصاء، مع الانتباه لأن تكون ذراعيه وساقيه ممتدتين على شكل حرف X.
- بعد أن يتم طفلك القفزة الأولى، علّمه أن يرجع إلى الوضعية الأصلية، ومن ثم قوموا بتكرار العملية ما لا يقل عن 20 مرة.

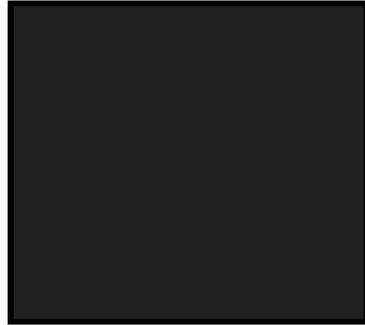
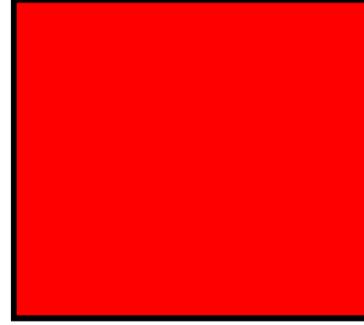
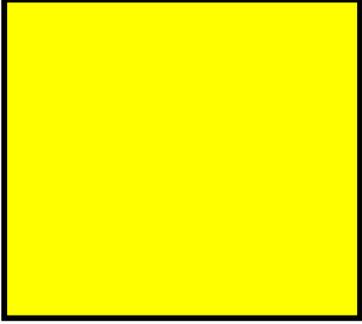
تمرين دوائر الذراعين: إن أحد السلوكيات المتكررة التي يقوم بها أطفال التوحد هي رفرفة الذراعين والتنصيق. وعلى الرغم من أن الأهل يسعون لتخليص طفلهم من هذه السلوكيات عن طريق منعه عنها، إلا أن الدراسات وجدت بأن قيام الطفل بحركات رياضية مشابهة لسلوكياته المتكررة تساعده في توفير التغذية الراجعة المطلوبة للجسم ليقوم بإبطالها. إضافة لذلك، يساعد هذا التمرين طفلك في تقوية الجزء العلوي من جسده، إضافة إلى زيادة مرونته وقوّة كتفيه وظهره.

- قف إلى جانب طفلك وعلّمه أن يقف بثبات مباحداً بين قدميه ومثبتاً ذراعيه إلى جانب ساقيه.
- قوموا بعدها بمدّ الذراعين إلى الأمام حتّى تصبح بمحاذاة الكتفين.
- حان الآن وقت صنع دوائر صغيرة بأيديكم دون تحريك ذراعيكم.
- قوموا تدريجياً بجعل الدوائر أكبر وأكبر.
- تكرر العملية 20 مرة في اتجاه واحد، ومن ثم 20 مرة أخرى في الاتجاه الآخر.

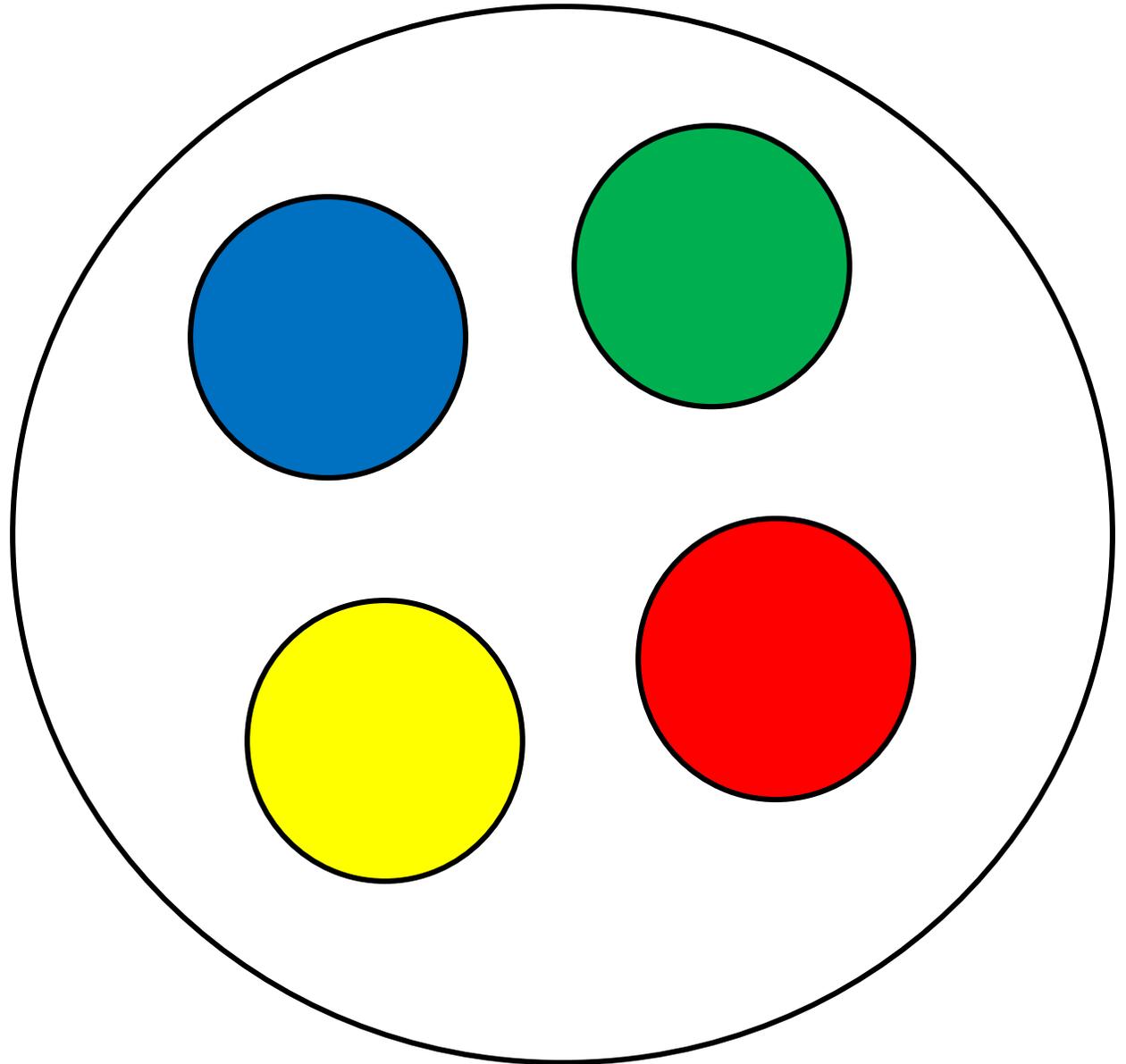
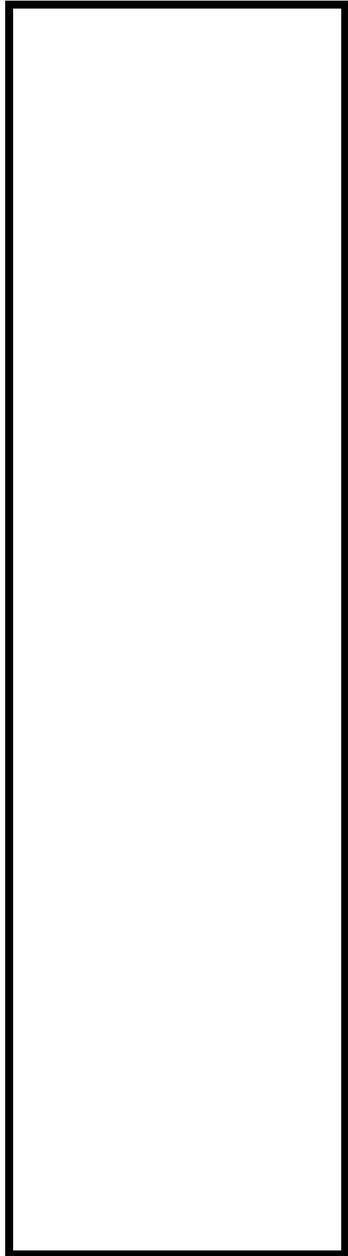


الألوان

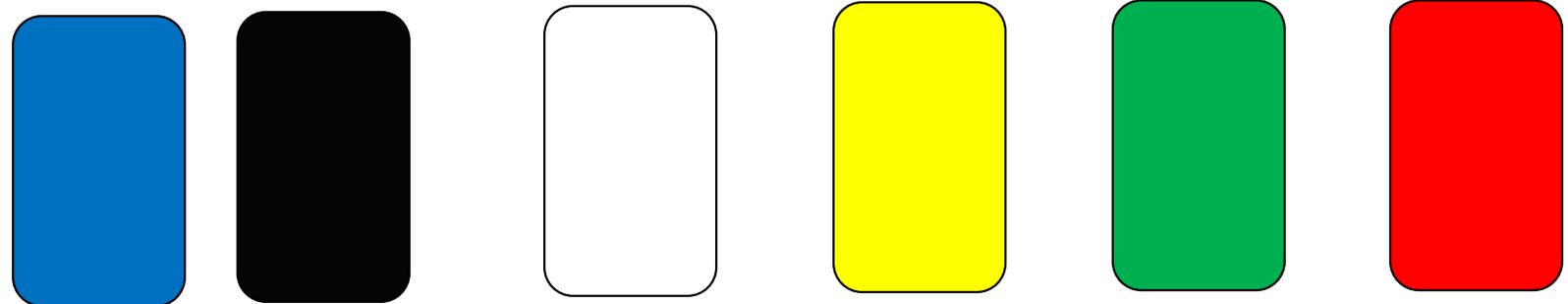
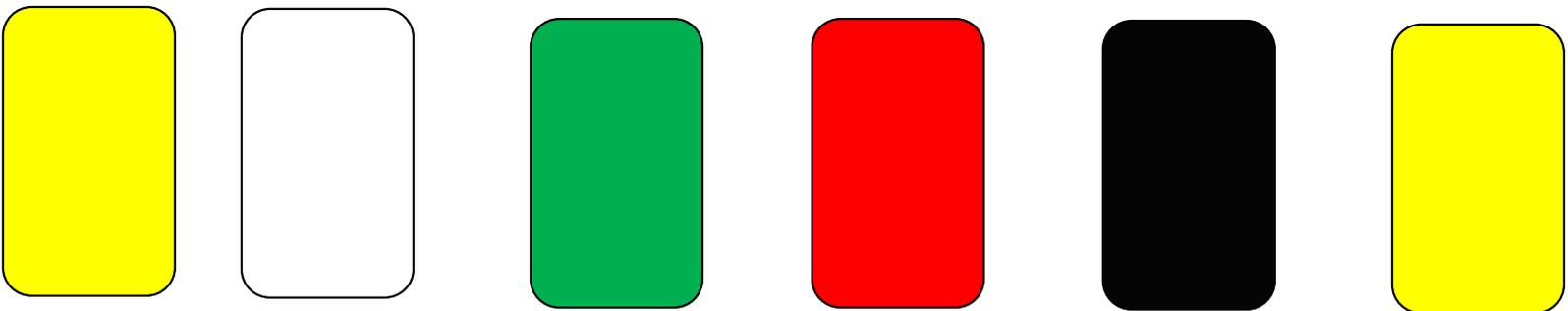
مطابقة الألوان



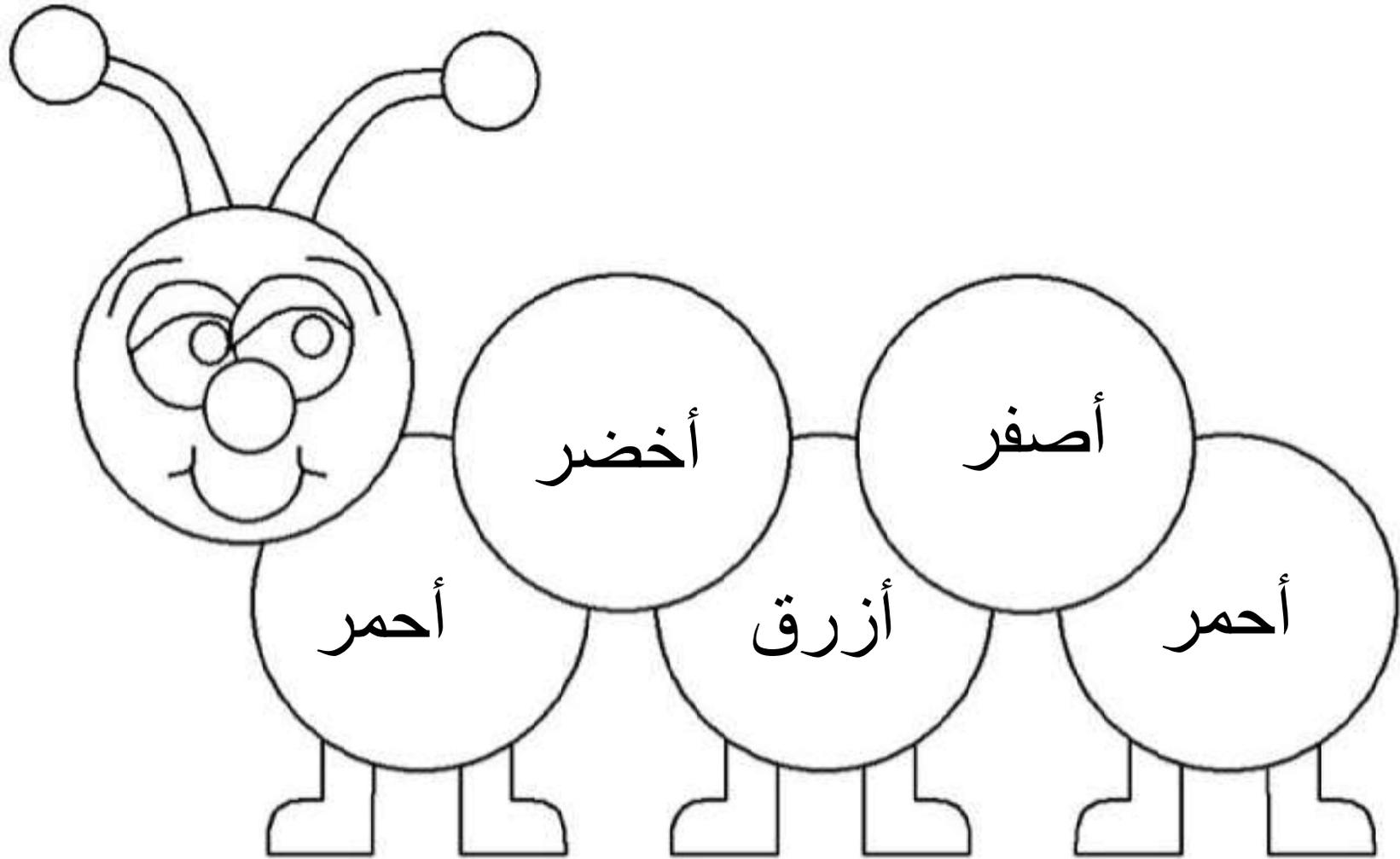
إصاق كل دائرة باللون المطابق لها



توصيل خط بين الألوان المتطابقة

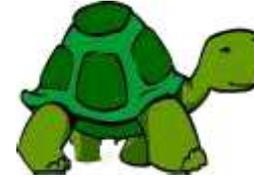


تلوين الدوائر حسب اللون المكتوب فيها



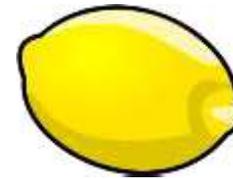
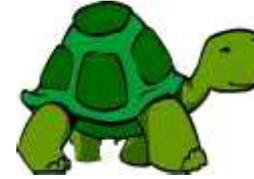
أحمر

وضع دائرة حول الأشياء الحمراء فقط



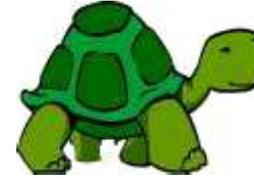
أزرق

وضع دائرة حول الأشياء الزرقاء فقط



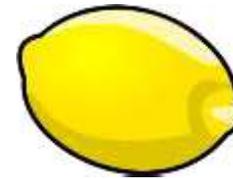
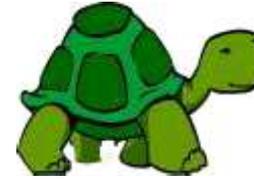
أصفر

وضع دائرة حول الأشياء الصفراء فقط

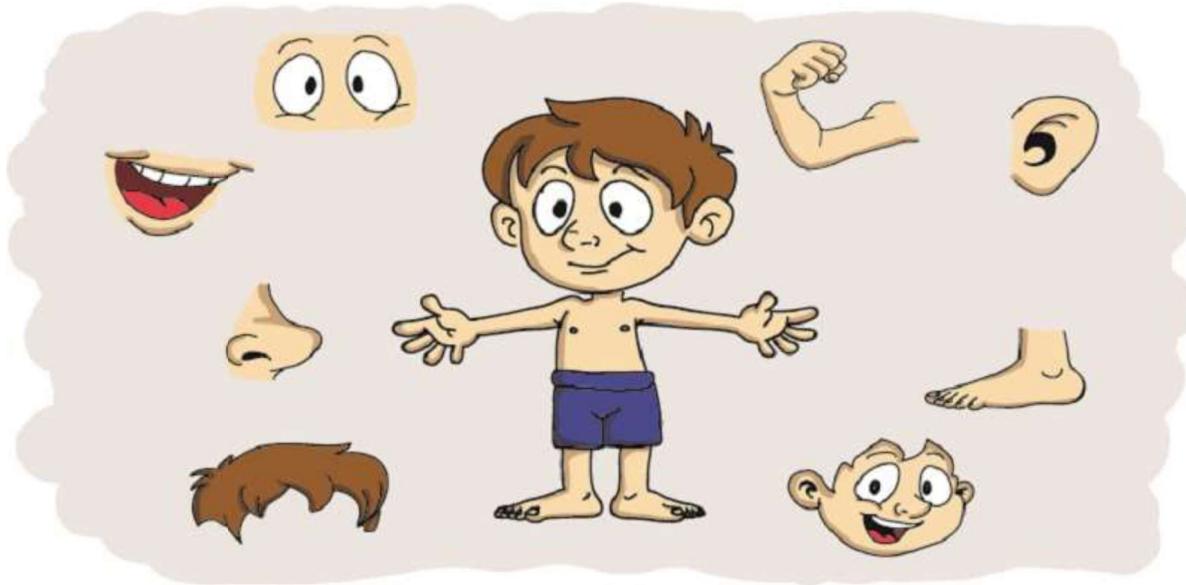


أخضر

وضع دائرة حول الأشياء الخضراء فقط



أعضاء الجسم



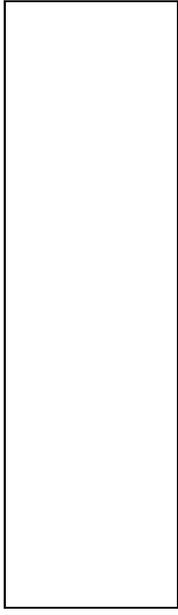
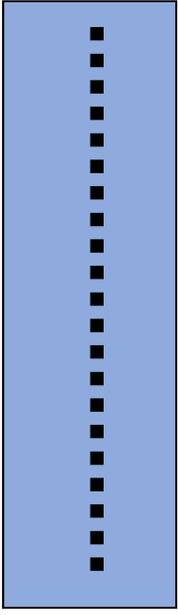
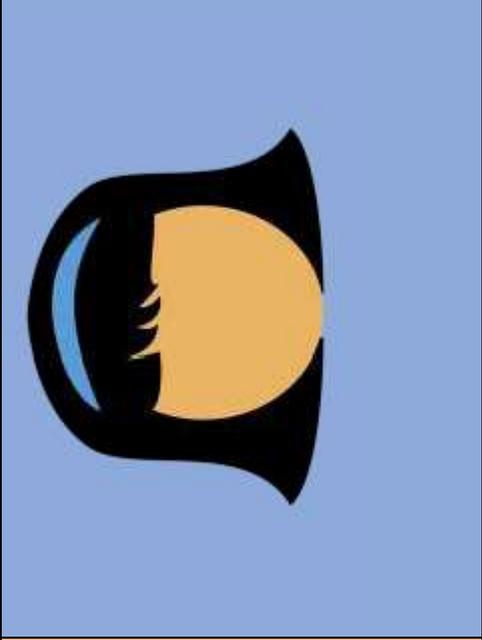
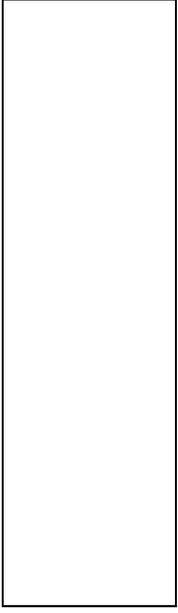
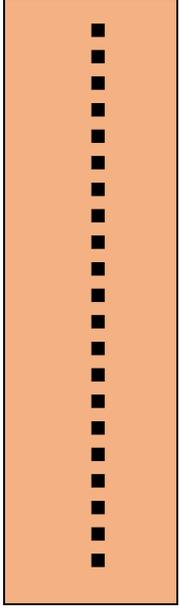
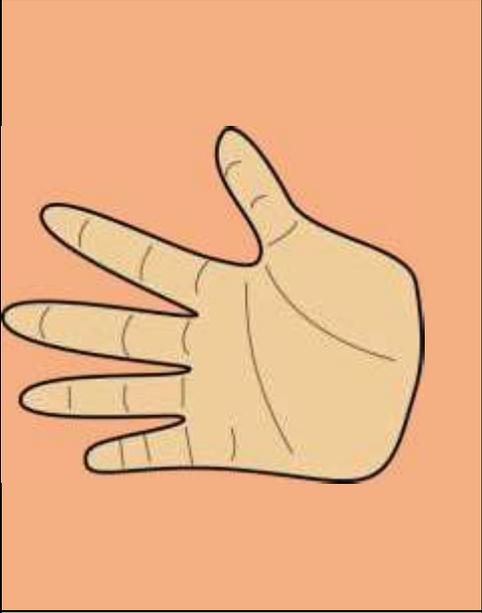
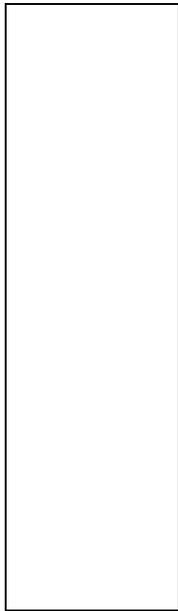
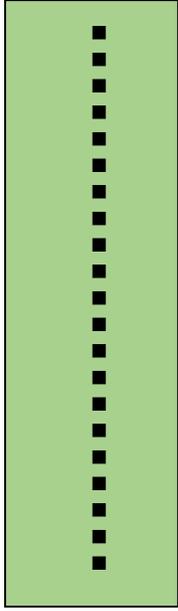
مطابقة صورة كل عضو من أعضاء الجسم مع مثيله:



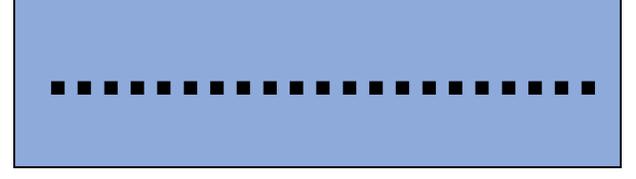
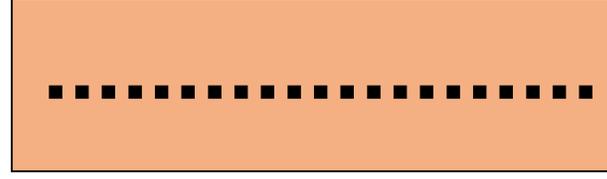
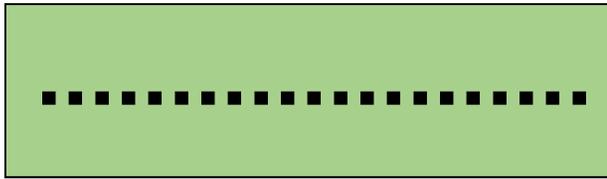
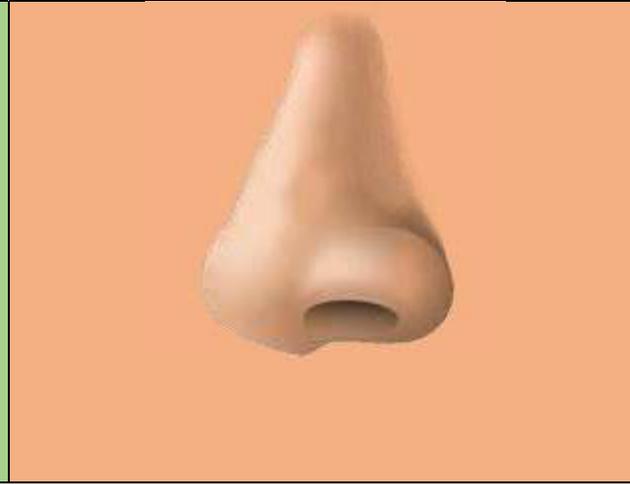
توصيل خط بين الأعضاء المتطابقة



إصااق الكلكمة الءالة على العضوء اءاء صورااه

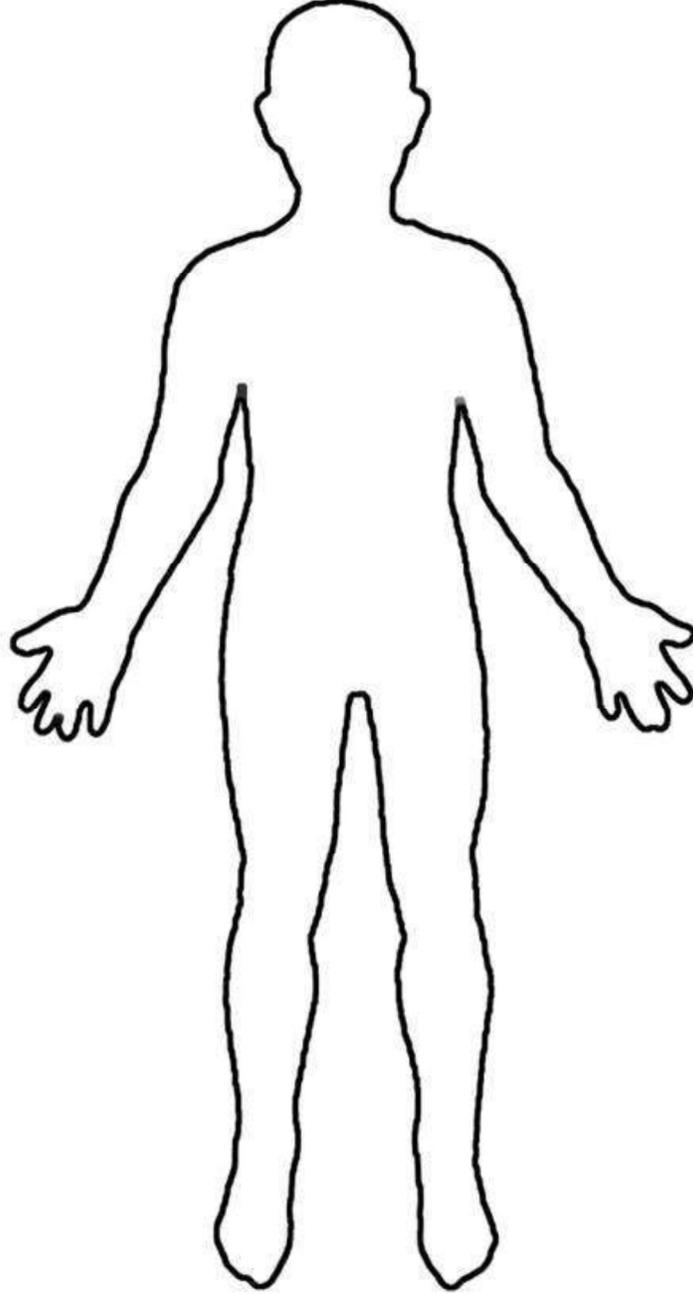


إصاق الكلمة الدالة على العضو تحت صورته



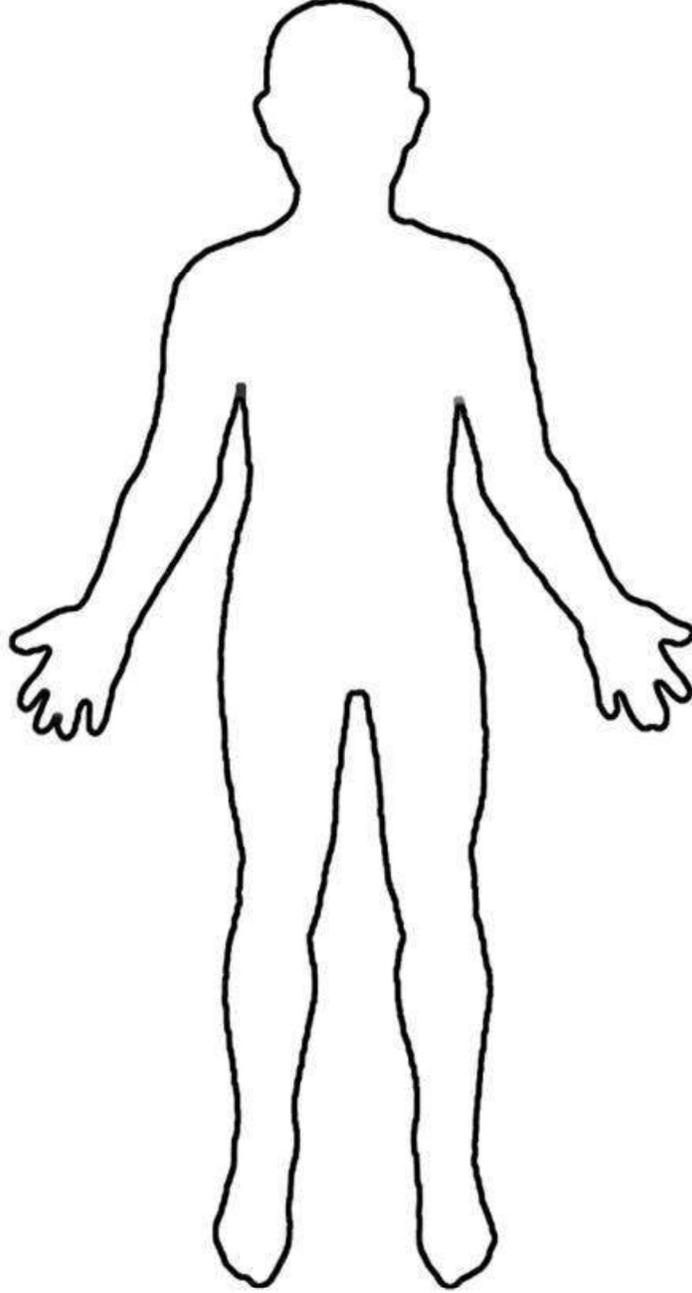
وضع دائرة حول

الرأس



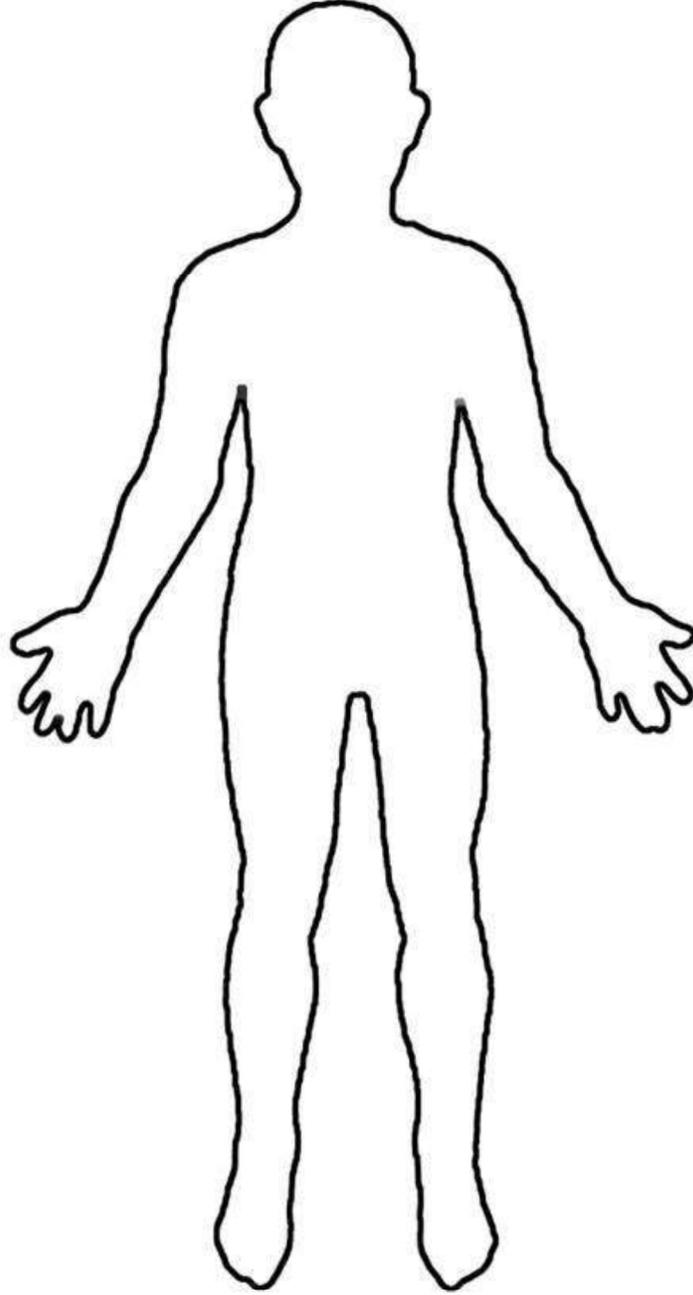
وضع دائرة حول

اليدين



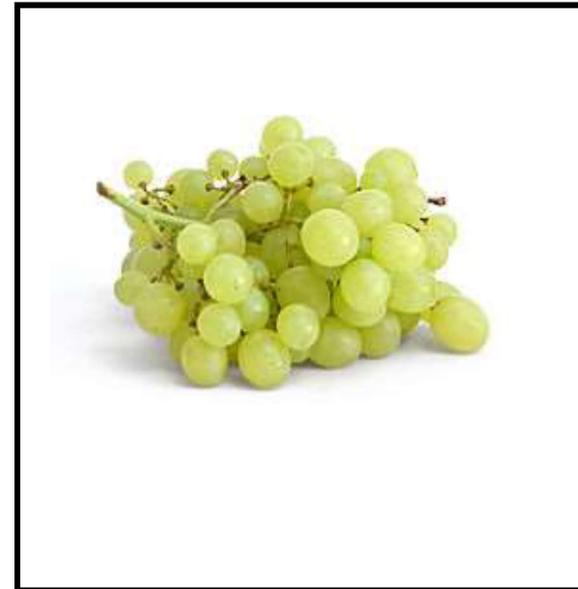
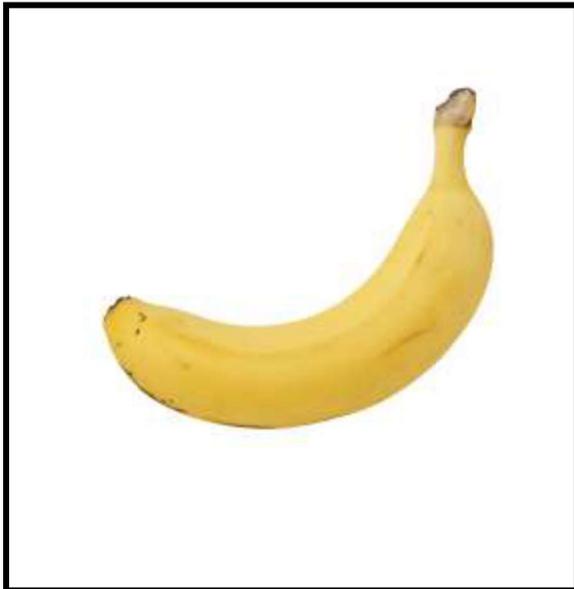
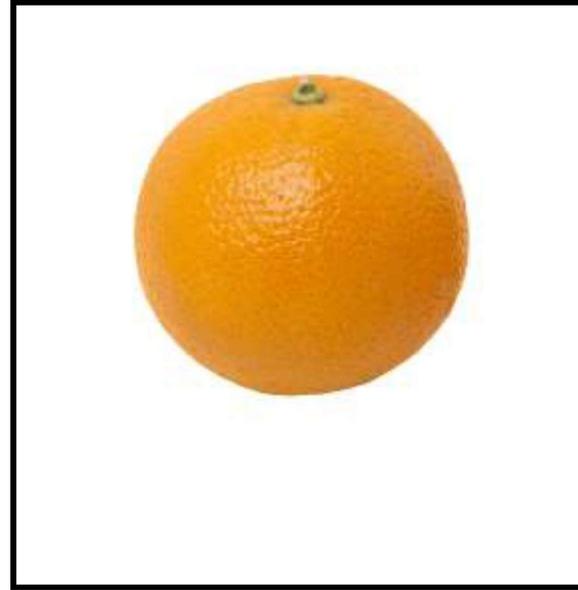
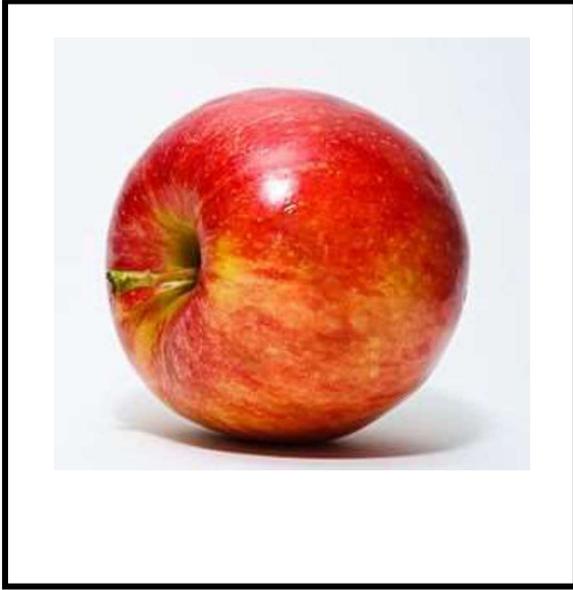
وضع دائرة حول

القدم



الفاكهة

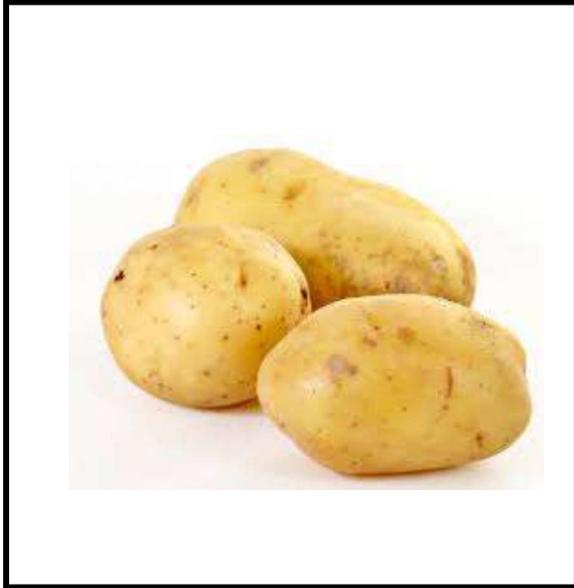
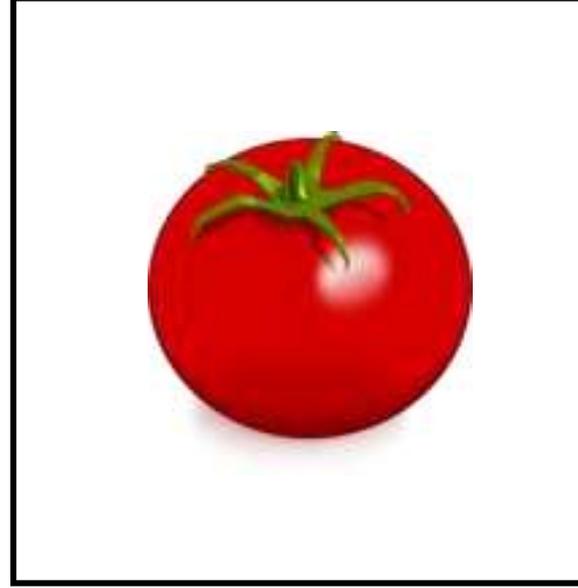
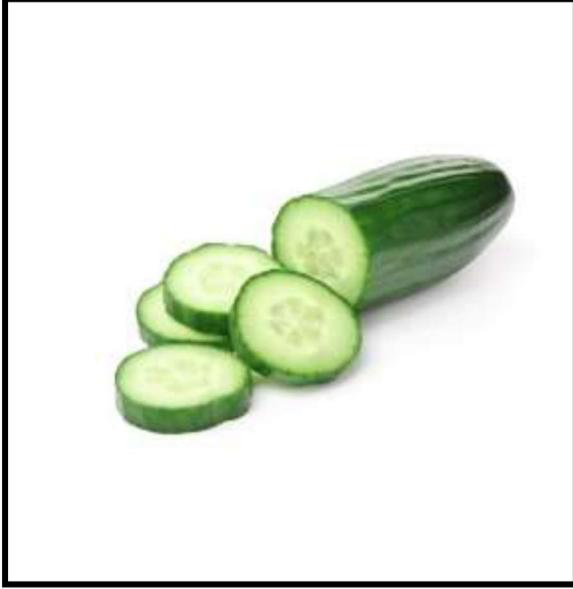
الإشارة باليد على صورة الفاكهة المطلوبة عند سماع اسمها من بين الصور الأخرى



يستخرج صورة **الفاكهة المطلوبة عند سماع اسمها** من بين الصور التالية

--	--	--	--

الإشارة باليد على صورة الخضروات المطلوبة عند سماع اسمها من بين الصور الأخرى



يستخرج صورة الخضروات المطلوبة عند سماع اسمها من بين الصور التالية

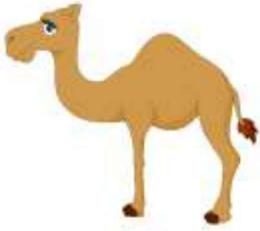
--	--	--	--

الحيوانات

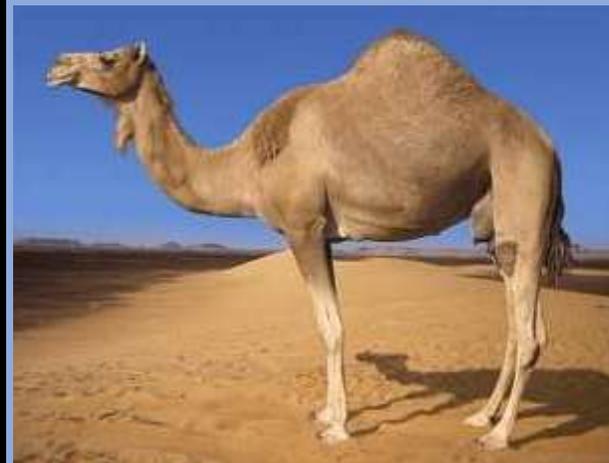
مطابقة الحيوانات



توصيل خط بين صور الحيوانات المتماثلة



الإشارة باليد على صورة الحيوان المناسب عند سماع اسمه

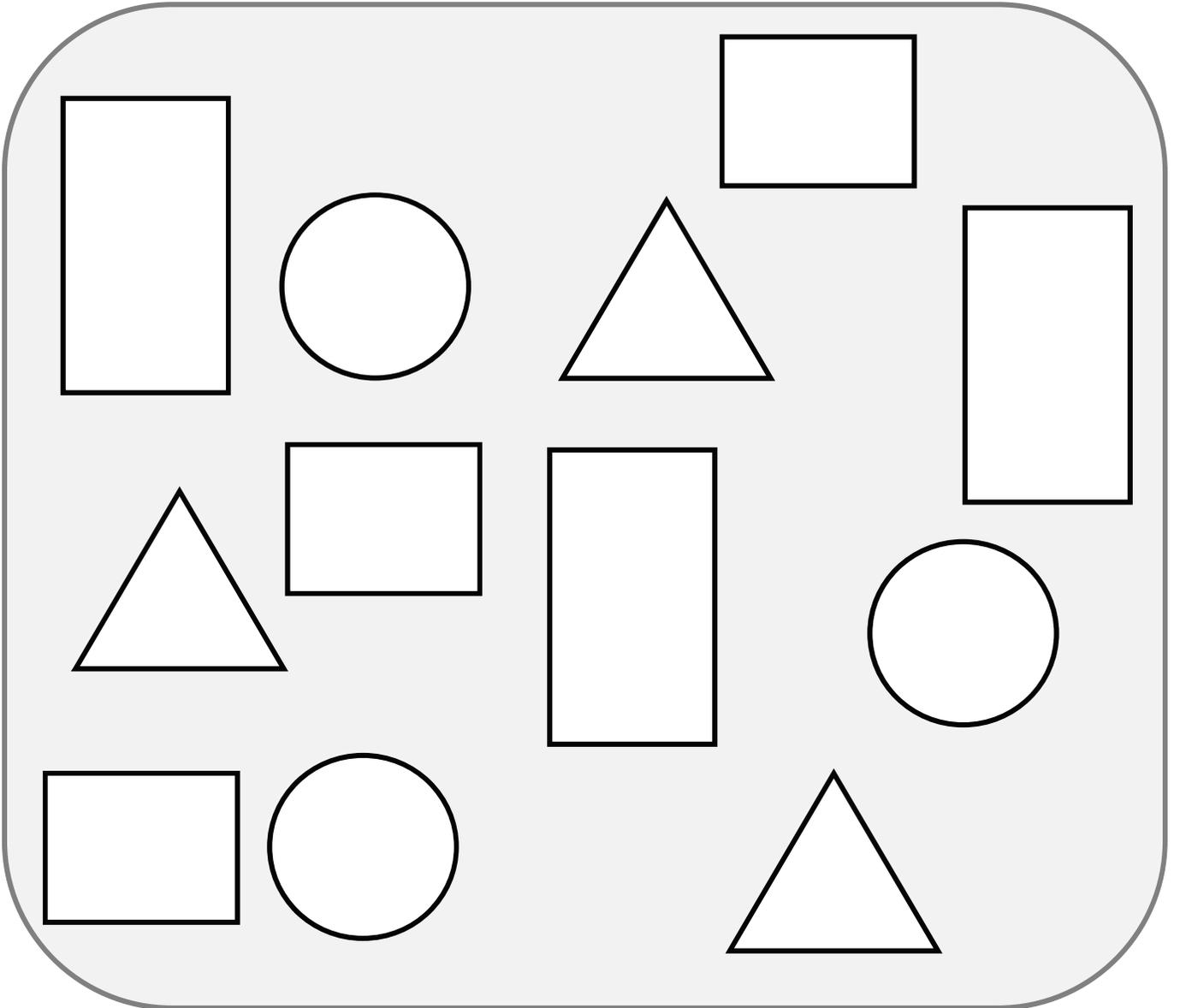
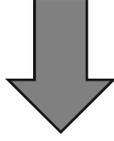
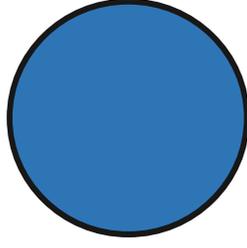


الإشارة باليد على صورة الحيوان المناسب عند سماع اسمه

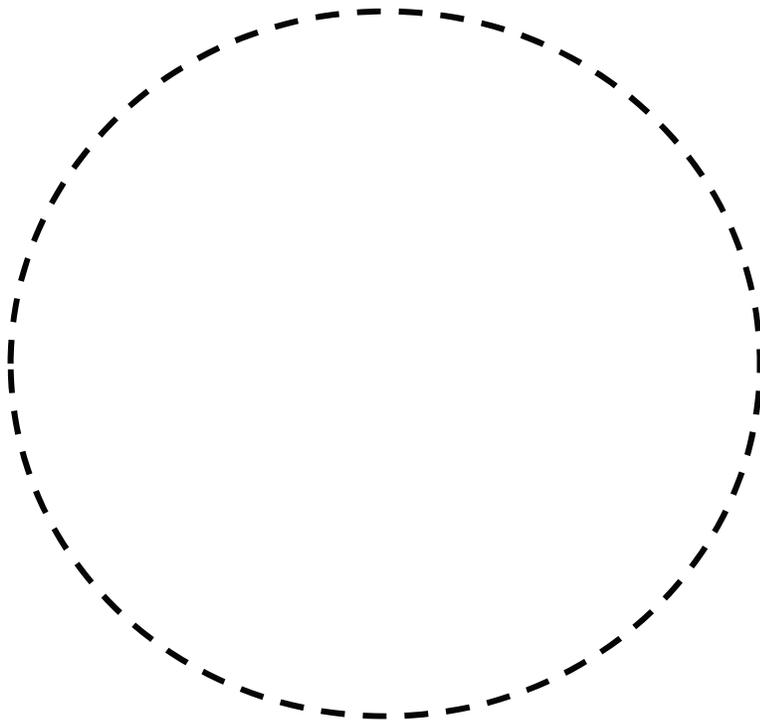
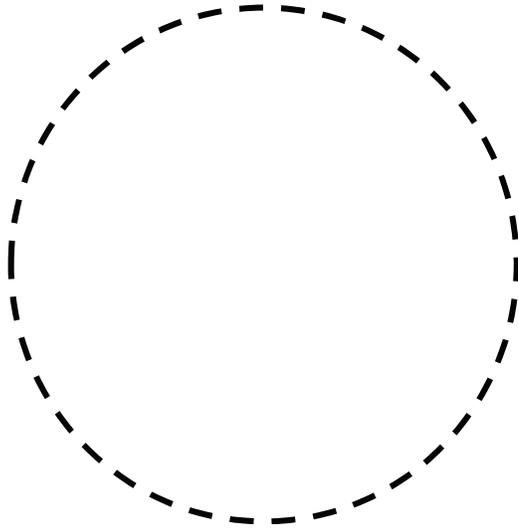
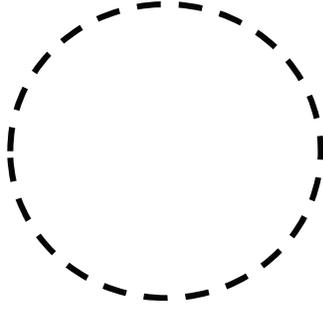


رسم الأشكال الهندسية

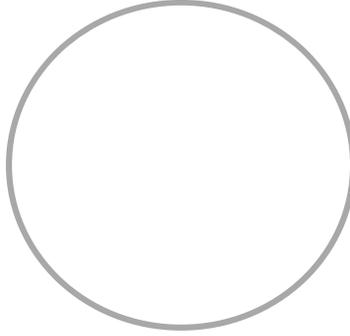
تلوين الدائرة فقط من بين الأشكال التالية باللون الازرق



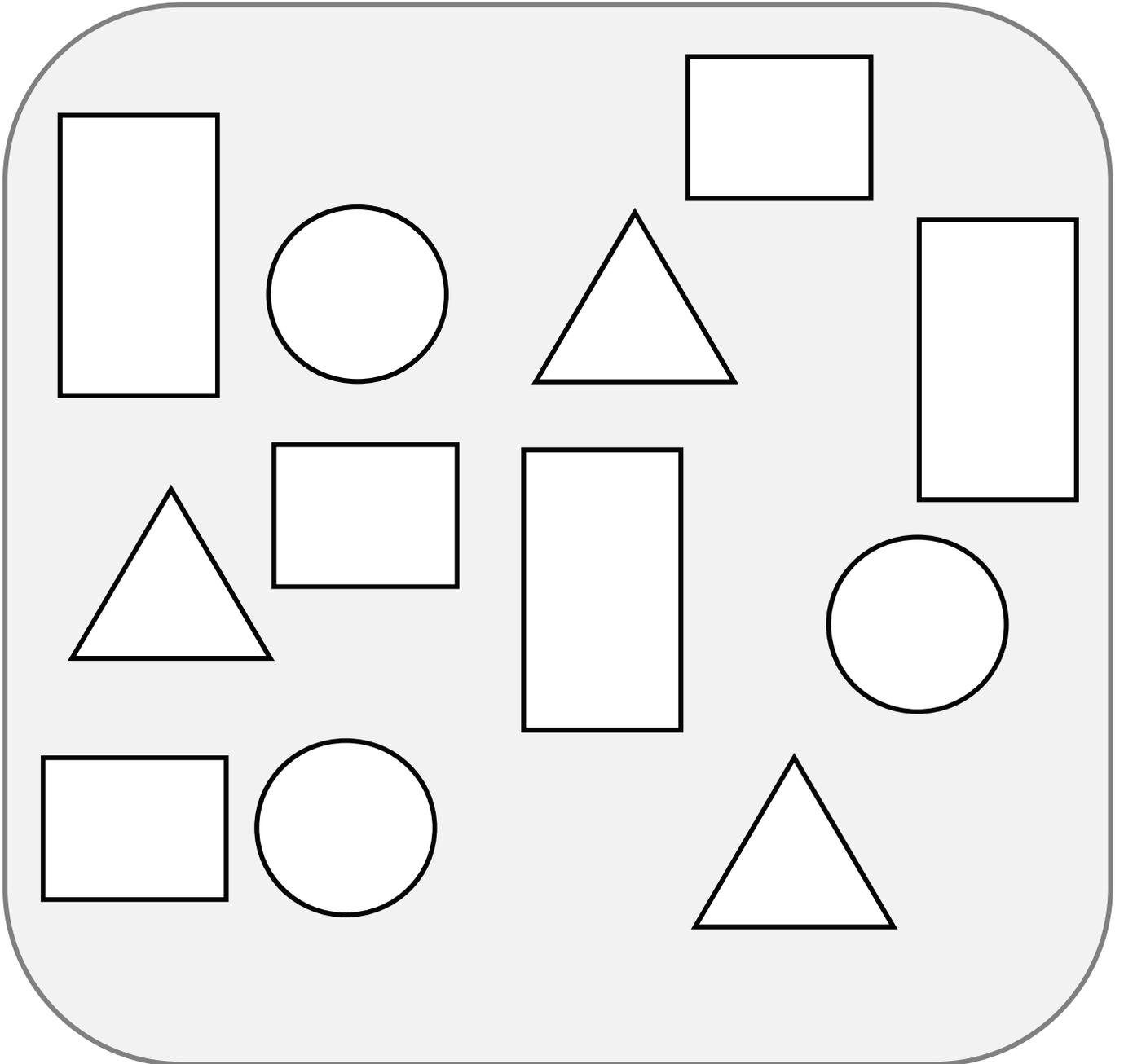
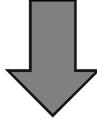
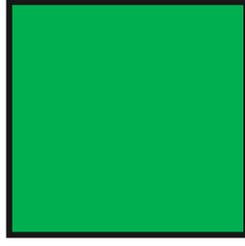
رسم دائرة



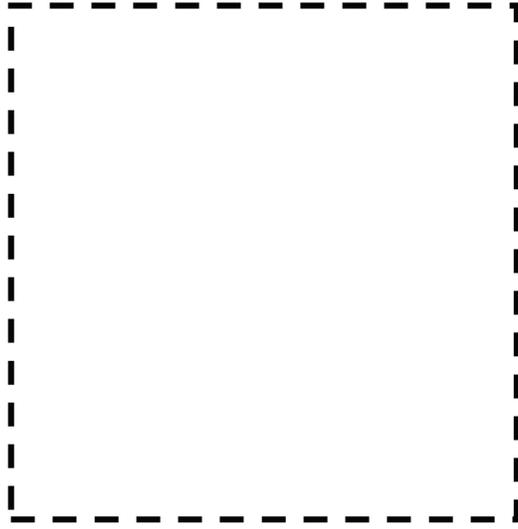
رسم دائرة



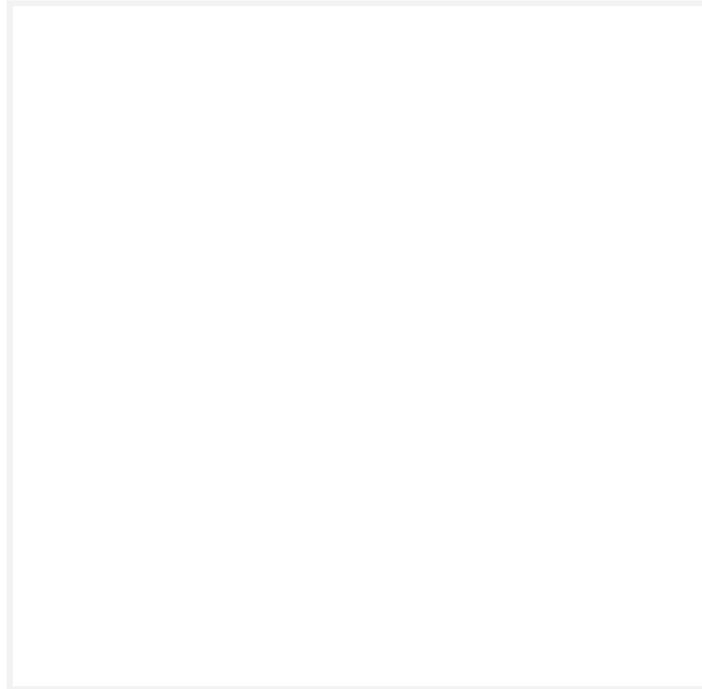
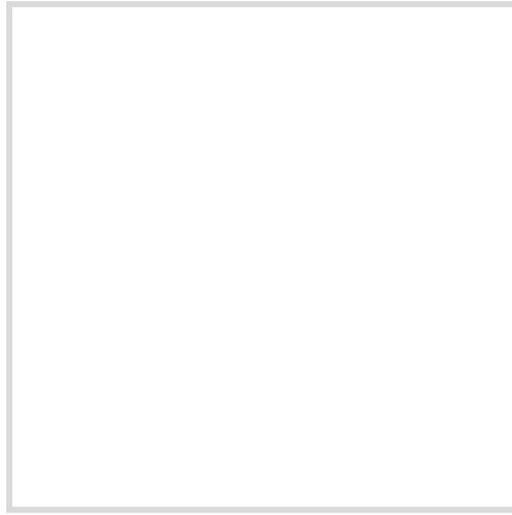
تلوين المربع فقط من بين الأشكال التالية باللون الاخضر



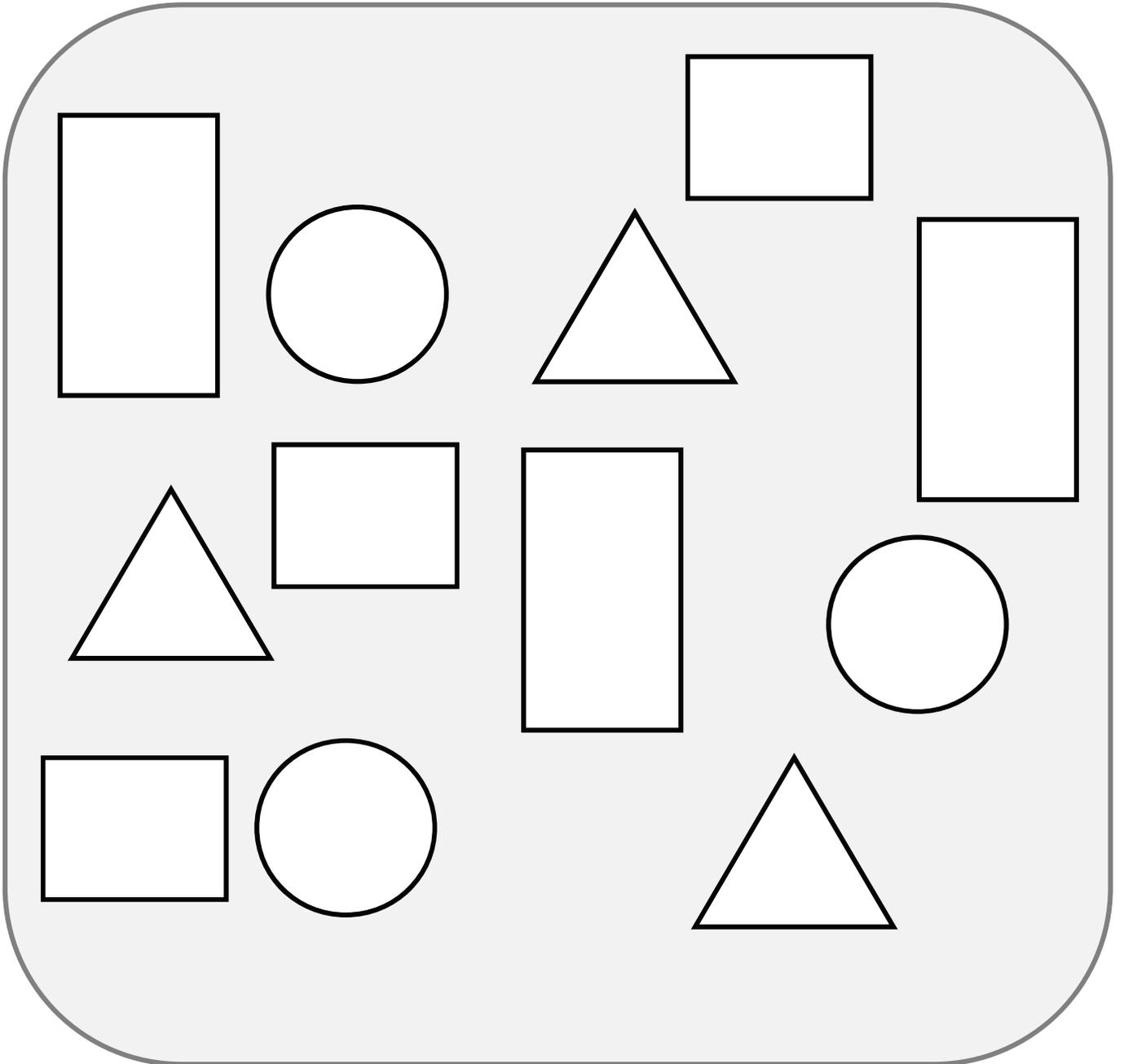
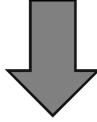
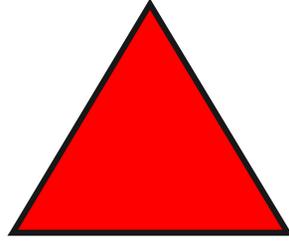
رسم مربع



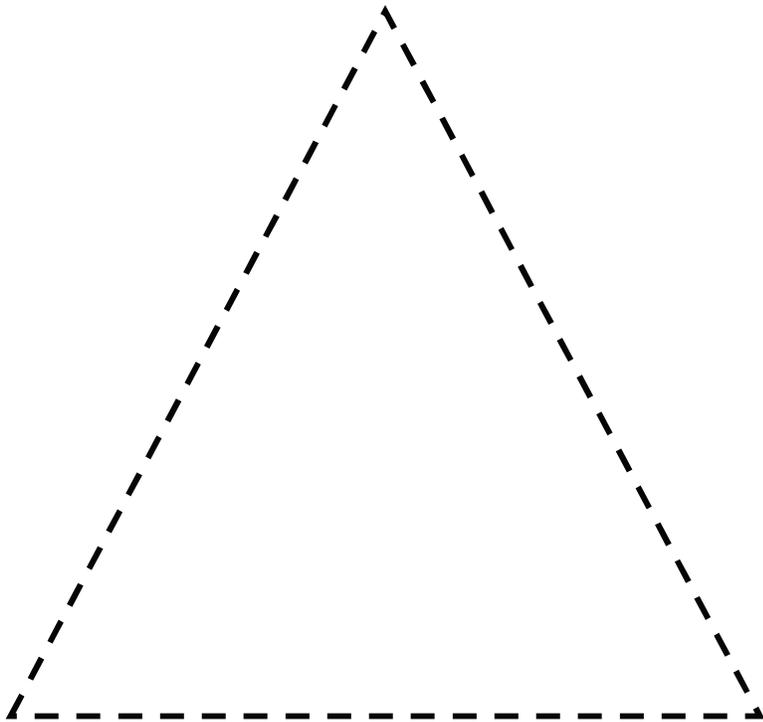
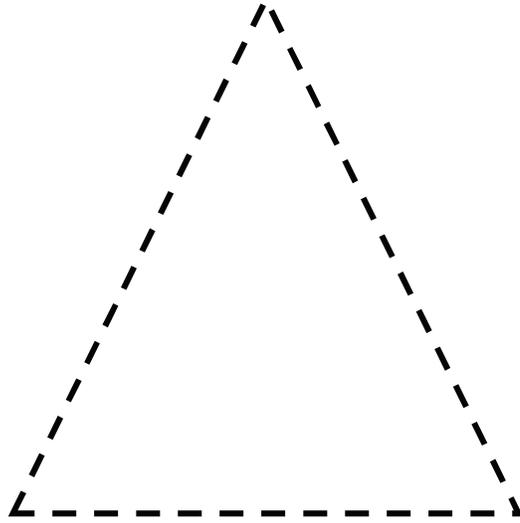
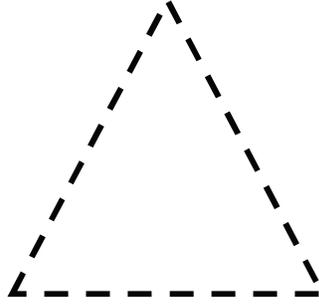
رسم مربع



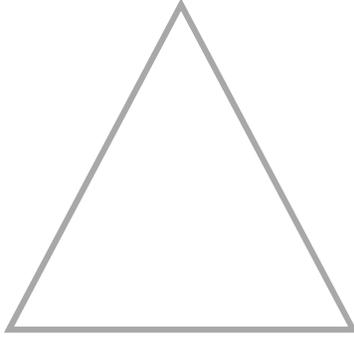
تلوين المثلث فقط من بين الأشكال التالية باللون الاحمر



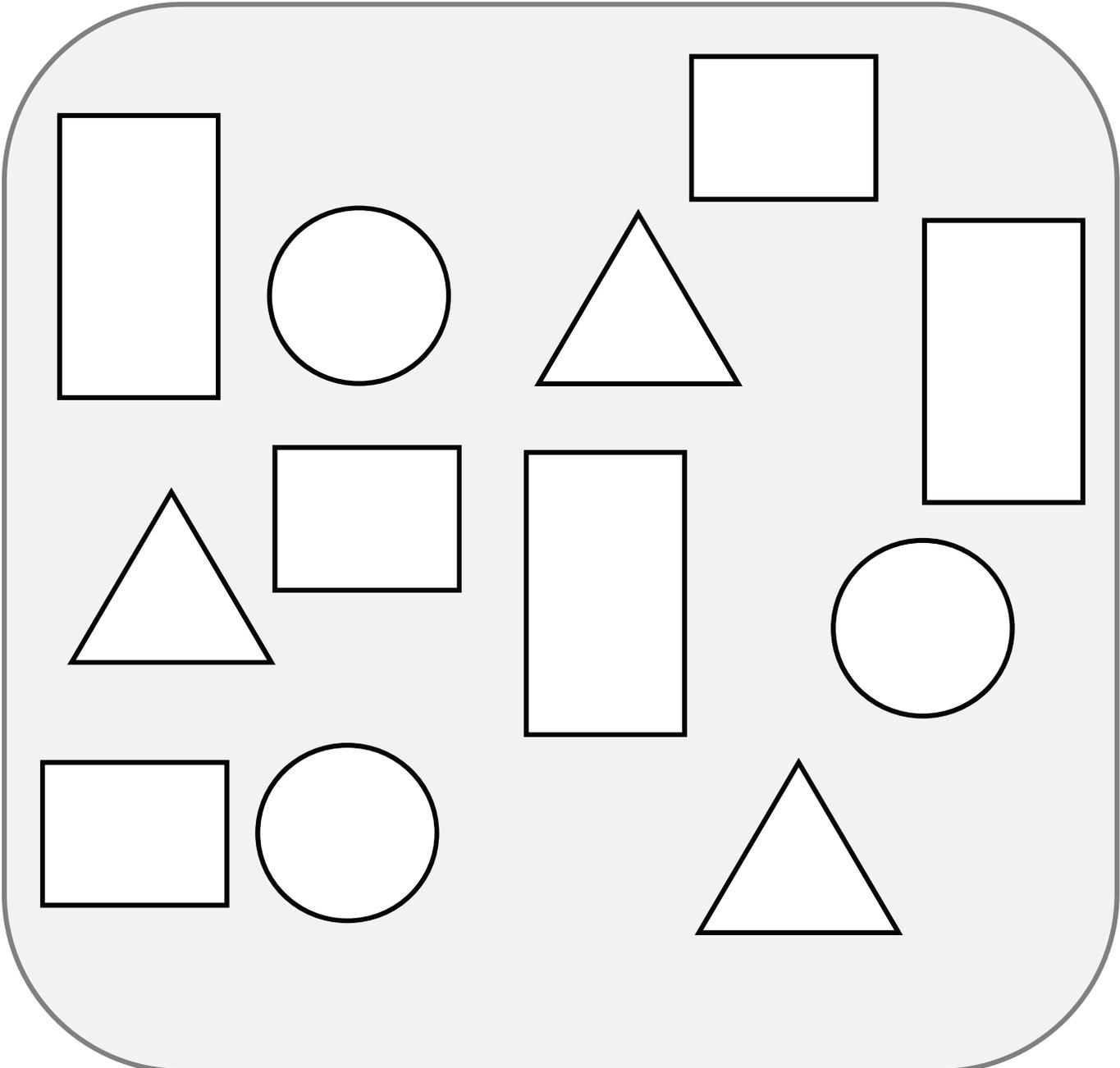
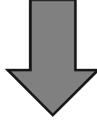
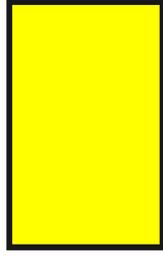
رسم مثلث



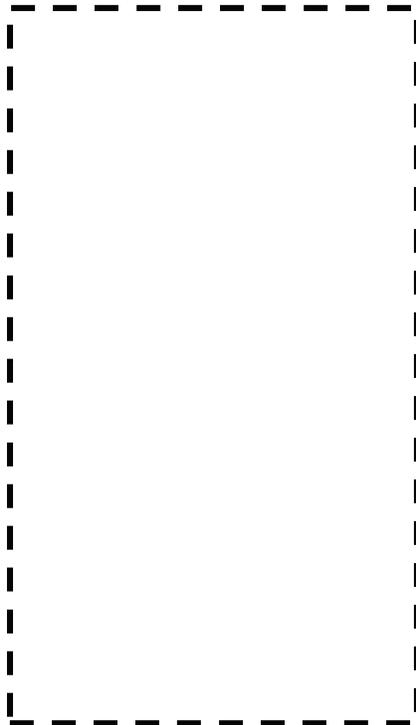
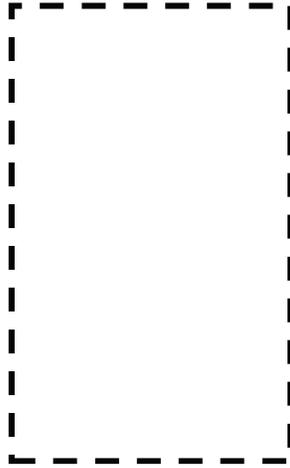
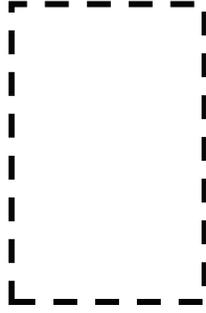
رسم مثلث



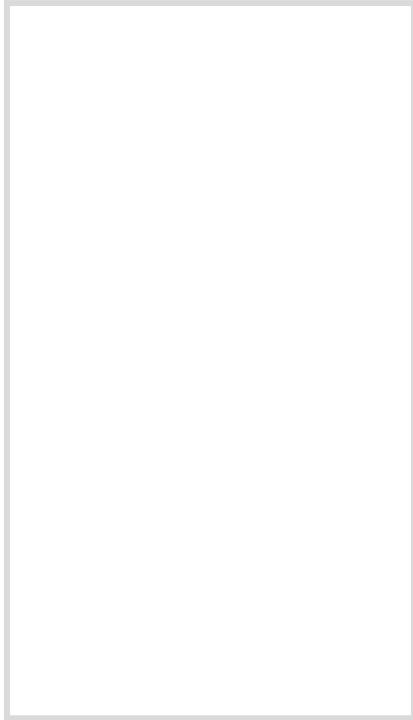
تلوين المستطيل فقط من بين الأشكال التالية باللون الأصفر



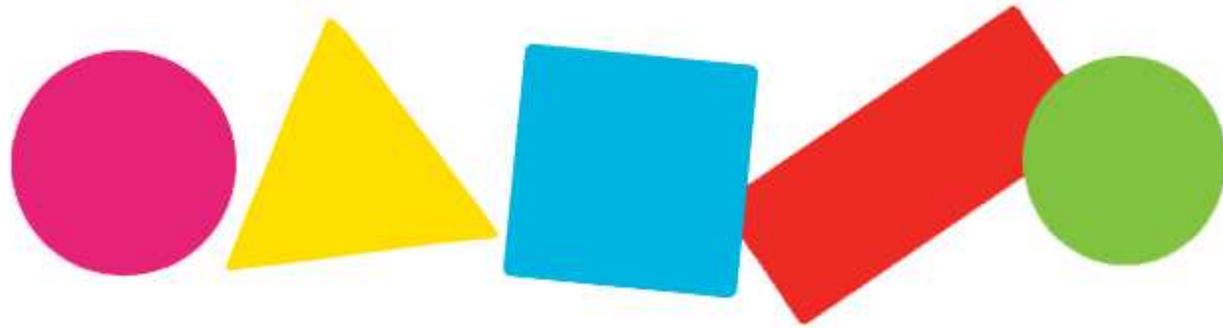
رسم مستطيل



رسم مستطيل



الأشكال الهندسية

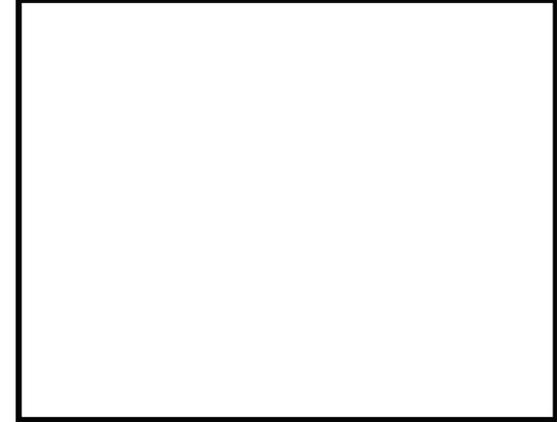


المربع

الاسم:

تعلم الأشكال الهندسية

لَوْن، ارسم على نقاط متقاربة، وصل بين النقاط المتباعدة، ارسم مربع

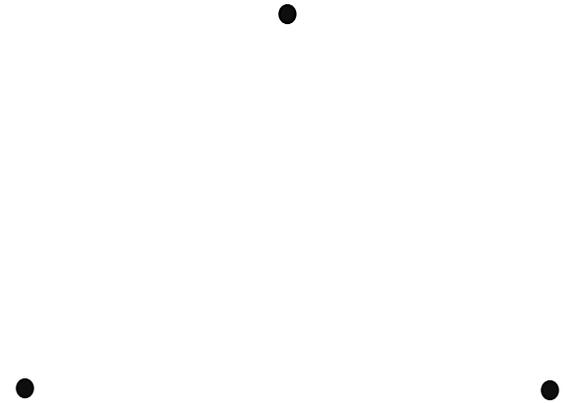
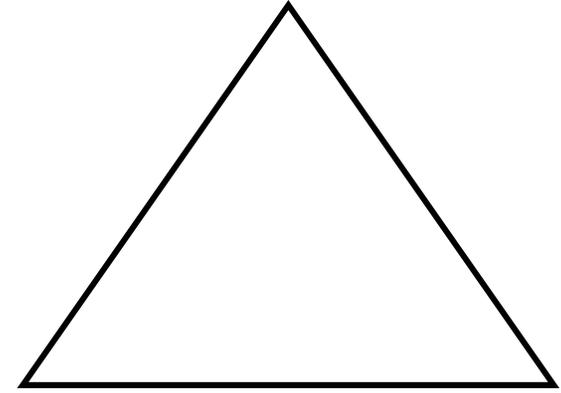
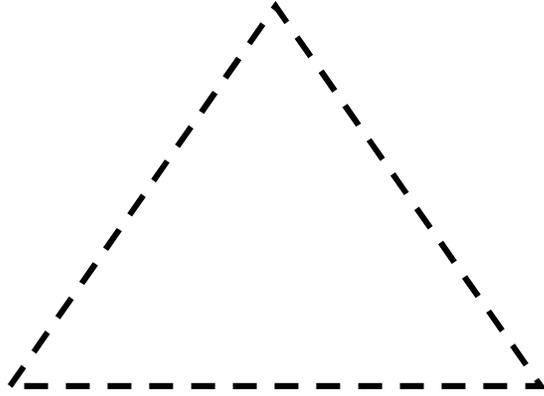


المثلث

الاسم:

تعلم الأشكال الهندسية

لَوْن، ارسم على نقاط متقاربة، وصل بين النقاط المتباعدة، ارسم مثلث

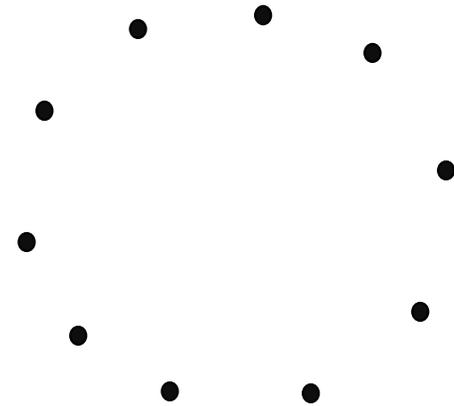
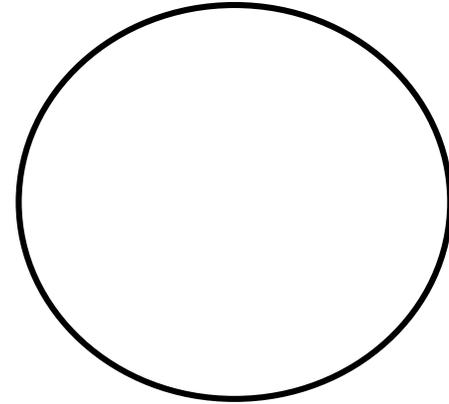
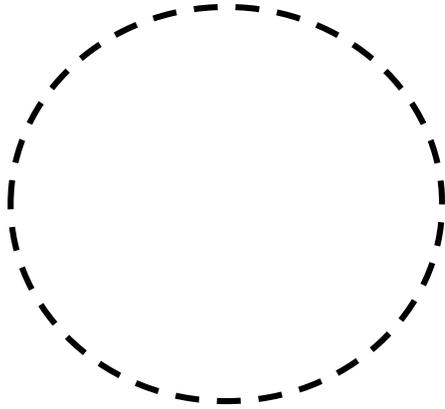


الدائرة

الاسم:

تعلم الأشكال الهندسية

لَوْن، ارسم على نقاط متقاربة، وصل بين النقاط المتباعدة، ارسم دائرة

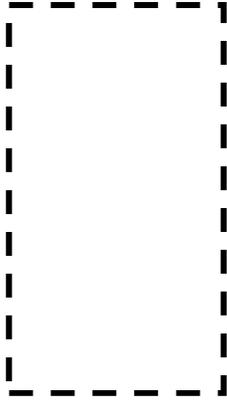


المستطيل

الاسم:

تعلم الأشكال الهندسية

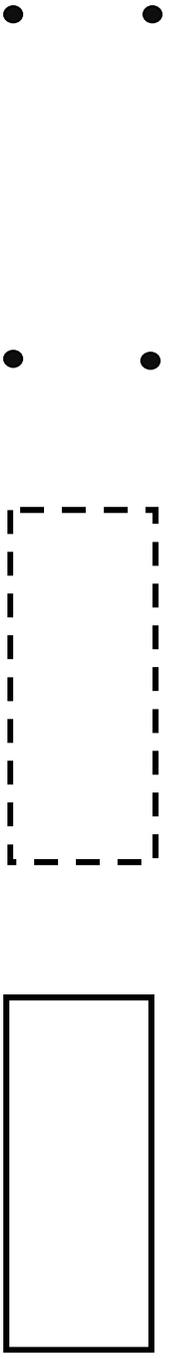
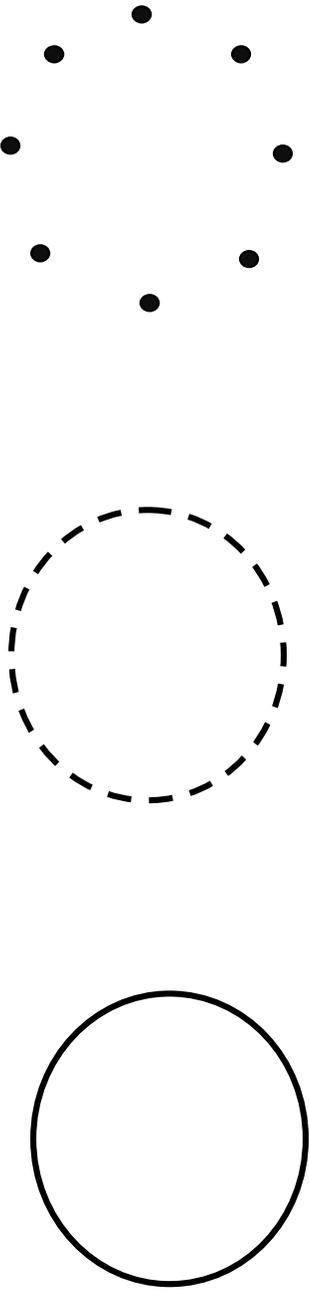
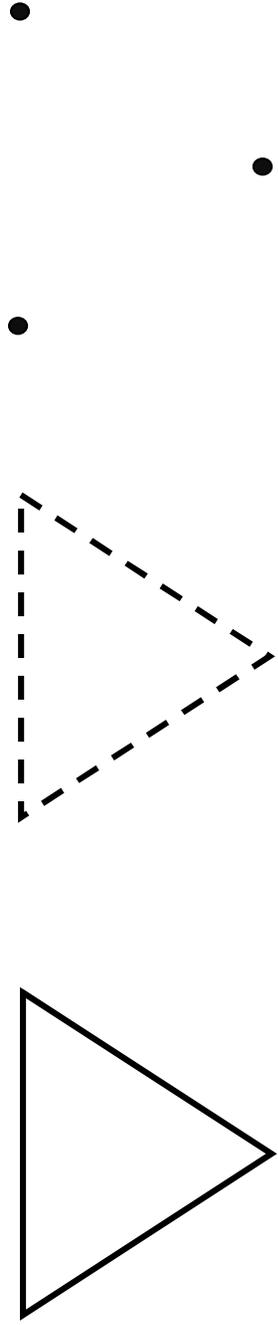
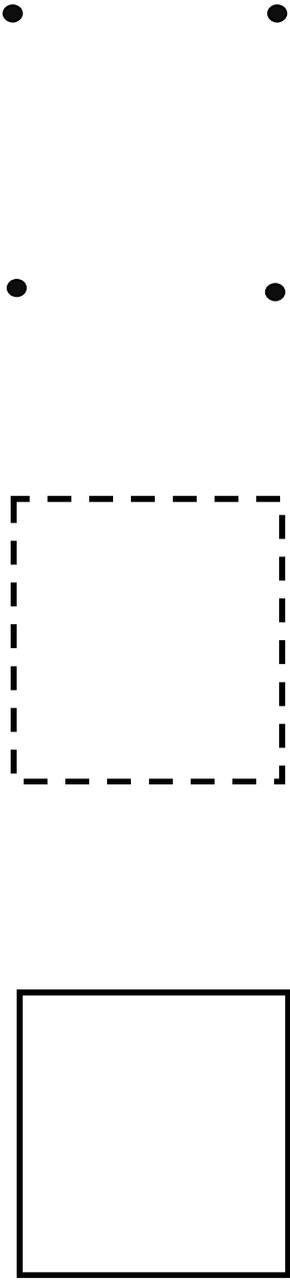
لَوْن، ارسم على نقاط متقاربة، وصل بين النقاط المتباعدة، ارسم مستطيل



الاسم:

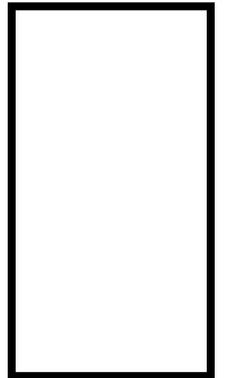
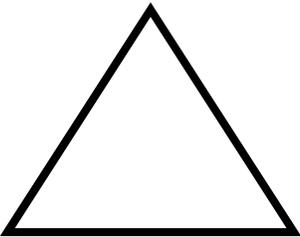
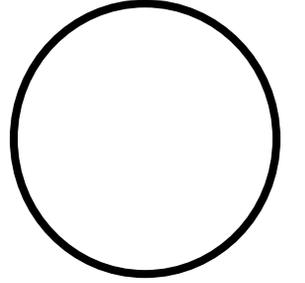
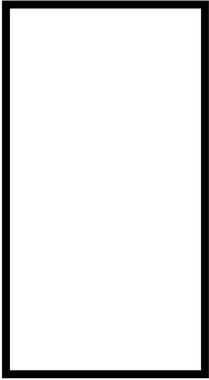
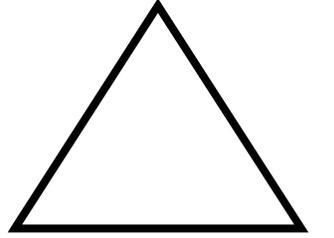
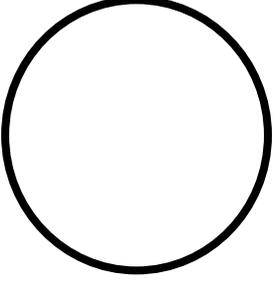
تعلم الأشكال الهندسية

لون، ارسم على نقاط متقاربة، وصل بين النقاط المتباعدة، ارسم

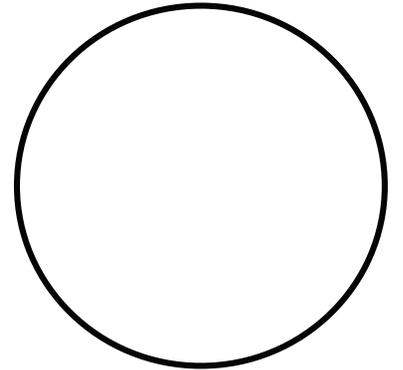
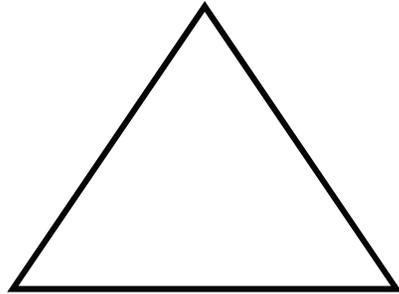
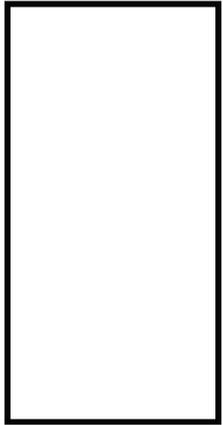


ربط الأشكال الهندسية المتشابهة بخط

الاسم:



مطابقة الأشكال الهندسية

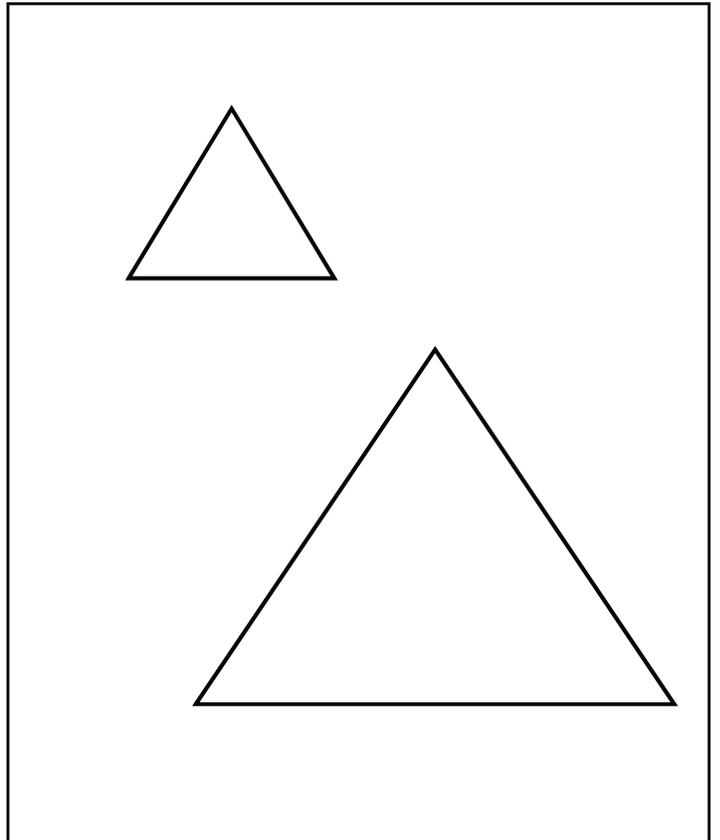
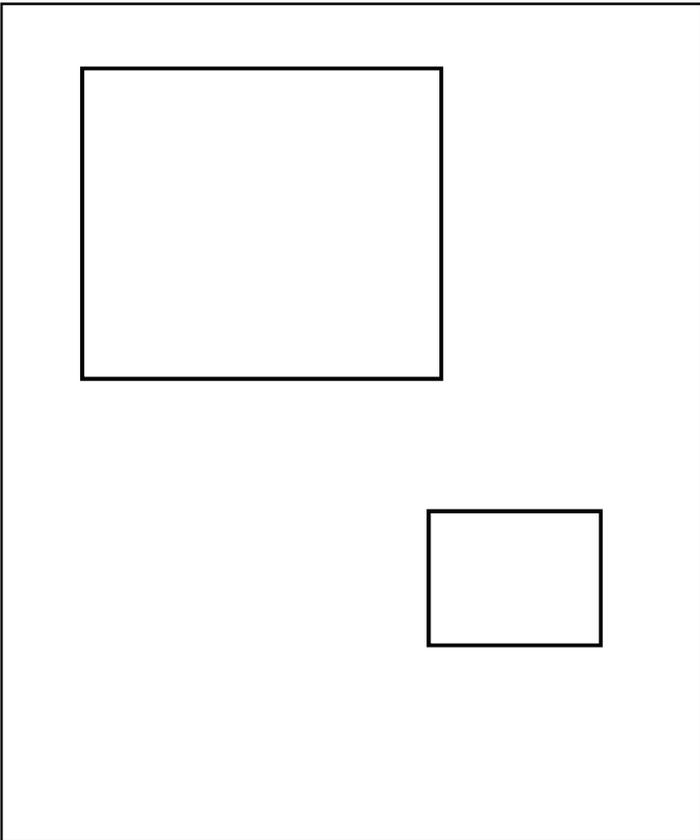
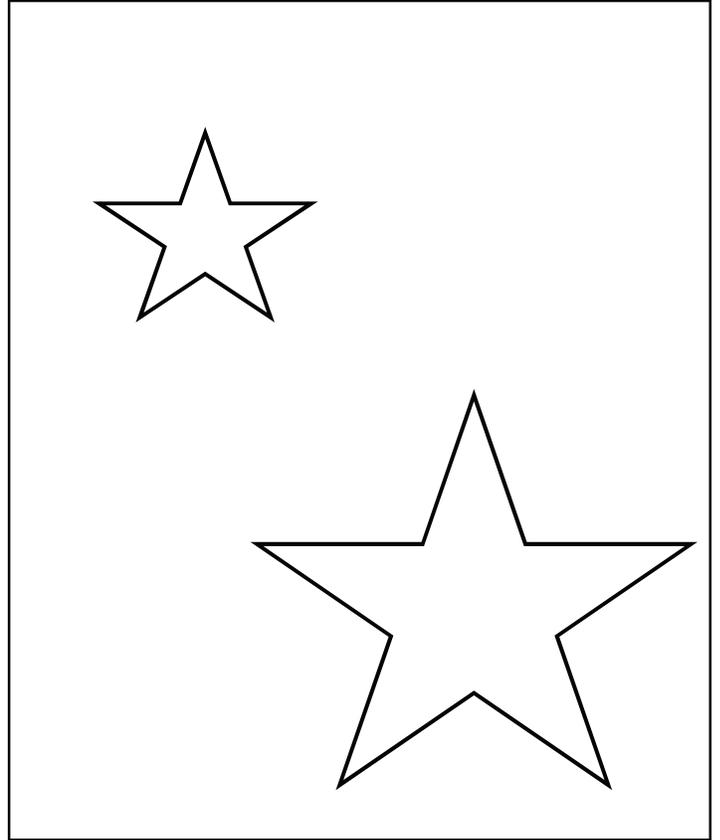
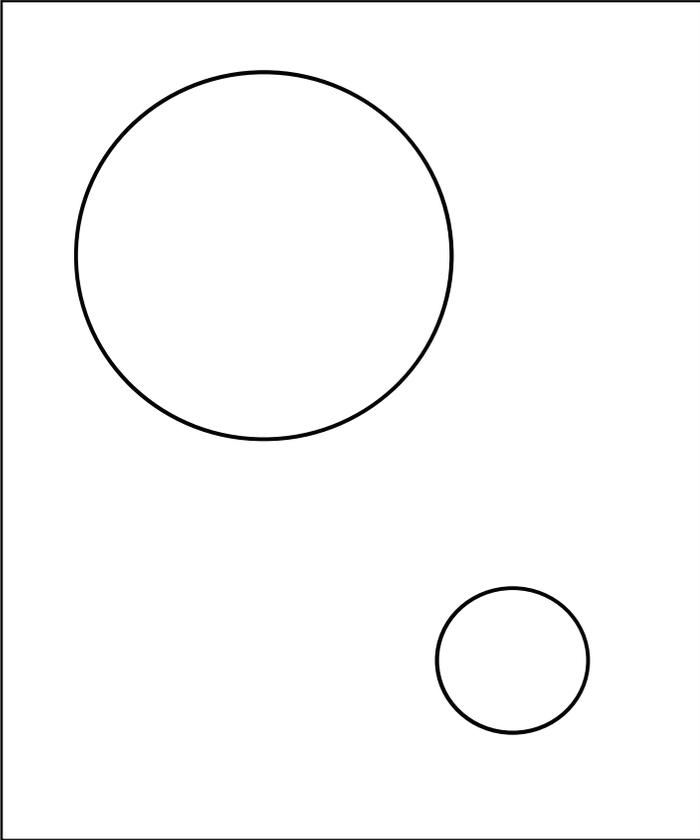


المفاهيم

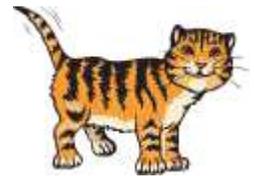
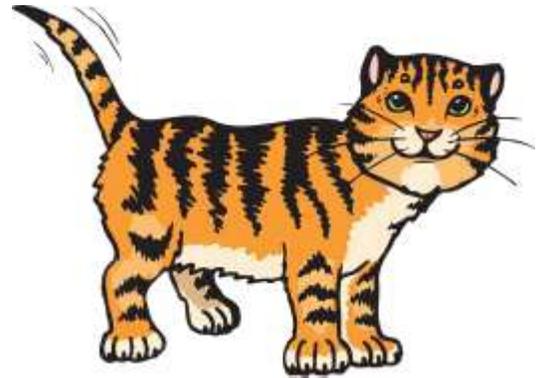
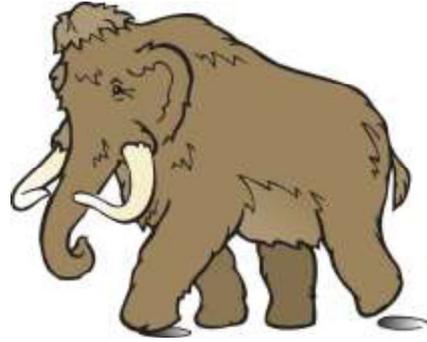
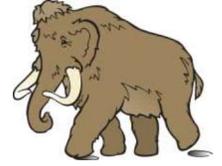
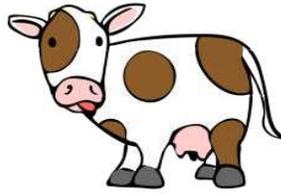
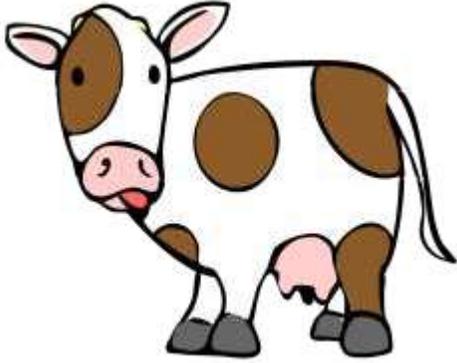
كبير و صغير

كبير وصغير

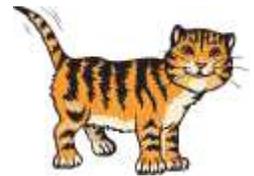
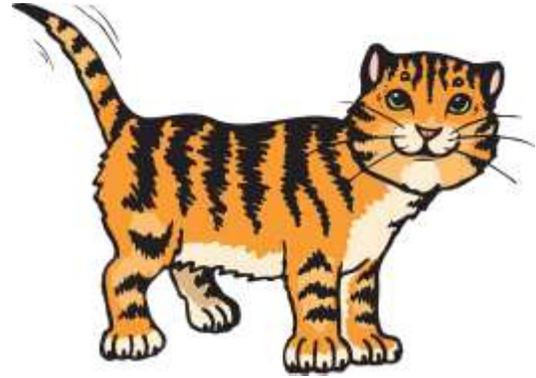
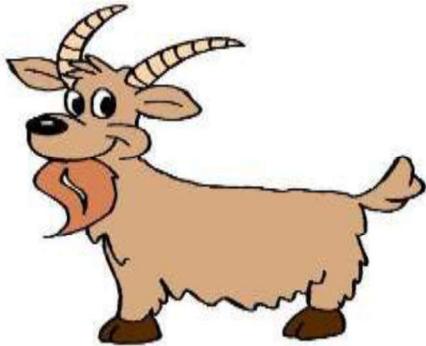
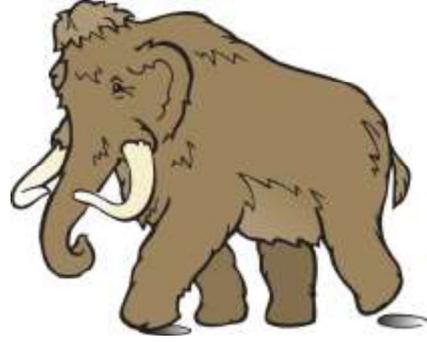
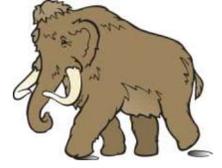
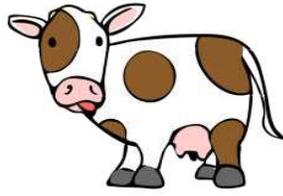
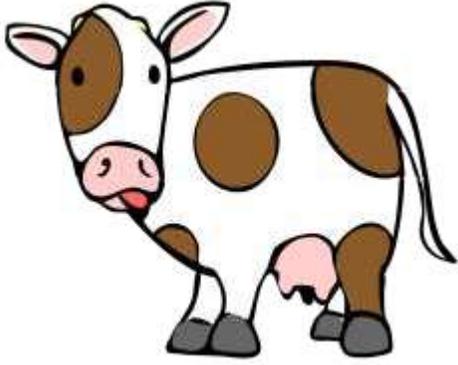
يتم تلوين الشكل الكبير باللون الأحمر وتلوين الشكل الصغير باللون الأخضر



وضع دائرة حول الحيوانات الكبيرة



وضع دائرة حول الحيوانات الصغيرة



حار و باران

حار وبارد

وضع الصور الدالة على الأشياء **الحارة** في الخانة المخصصة لها والأشياء **الباردة** في الخانة المخصصة لها

بارد	حار

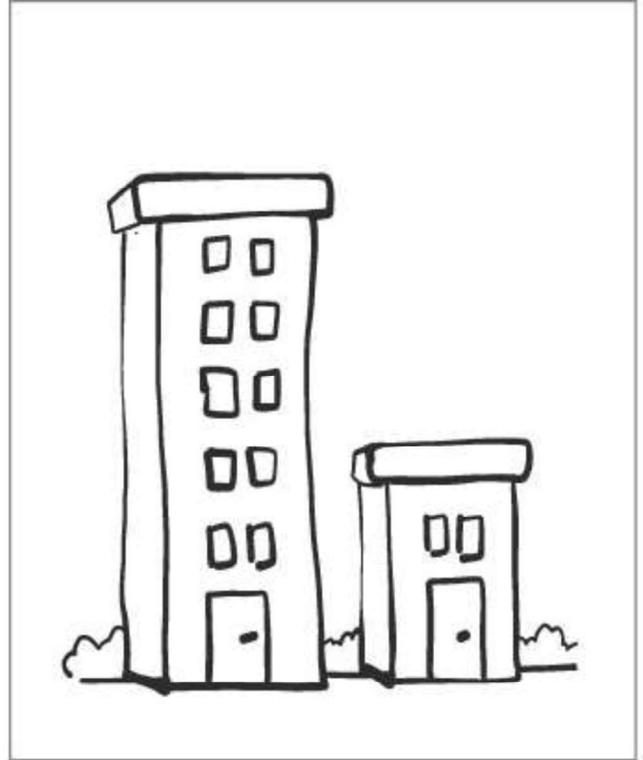
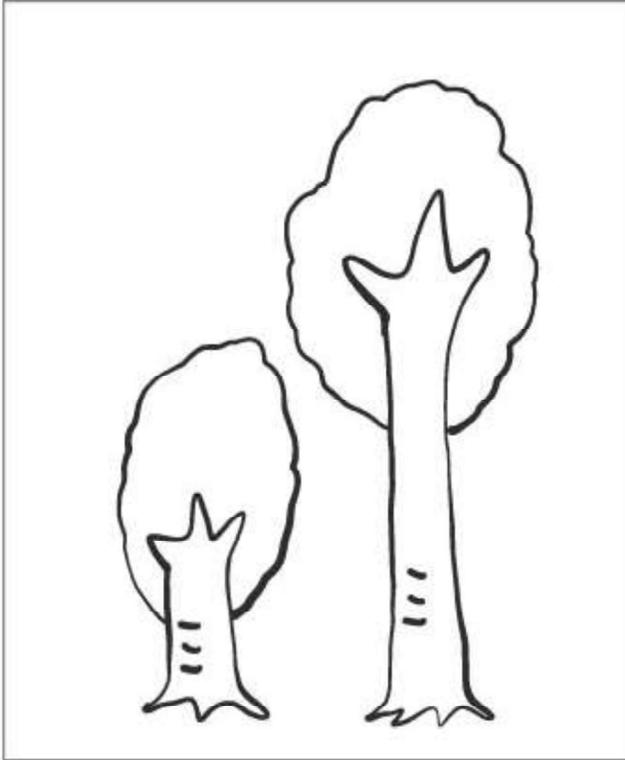
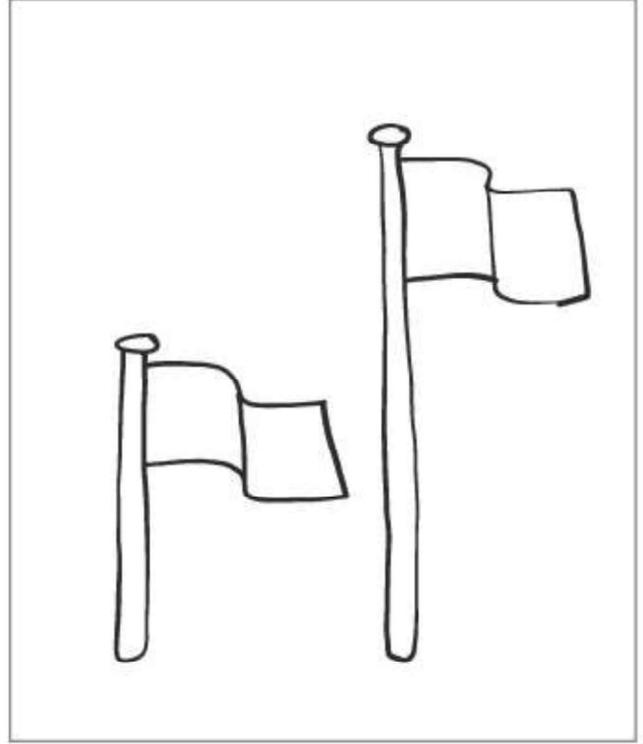
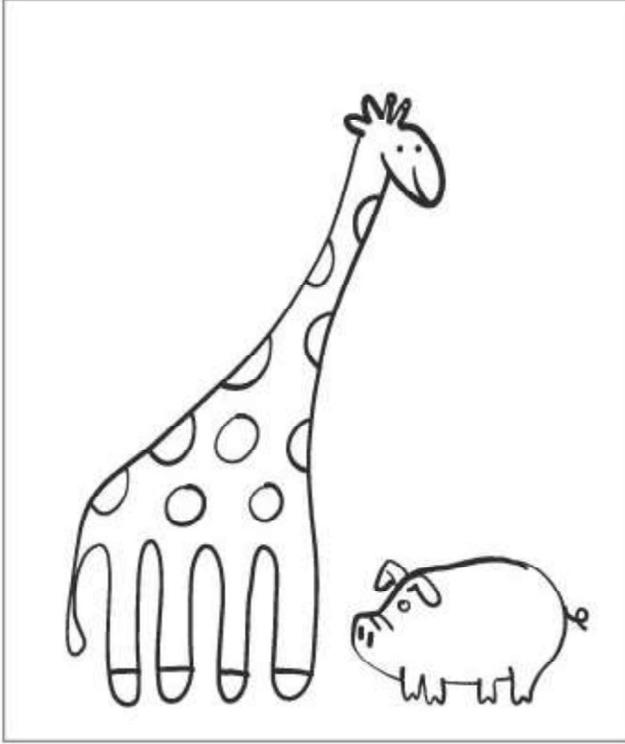
ناعم و خشن

يشير الطالب إلى بطاقة الملمس الناعم عندما يطلب منه ذلك وبطاقة الملمس الخشن عندما يطلب منه ذلك

طويل وقصير

طويل وقصير

يقوم الطالب بتلوين الشكل الطويل باللون الأزرق والشكل القصير باللون الأحمر



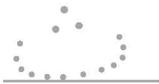
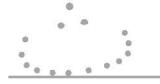
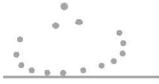
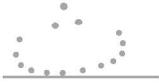
كتابة الحروف الهجائية عن نموذج



ت



ج







خ

خ خ خ خ

خ خ خ خ

خ خ خ خ

خ خ خ خ

خ خ خ خ

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

۲

ن



ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

ز

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

س

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

ش

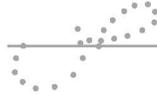
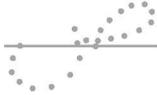
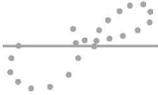
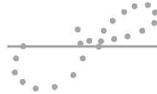
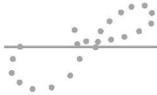
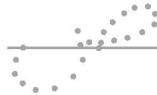
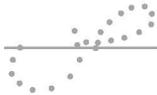
ش

ش

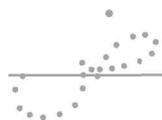
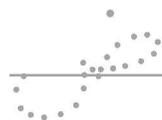
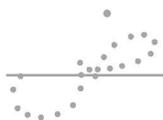
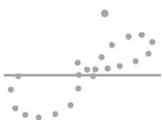
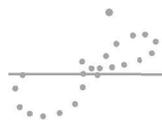
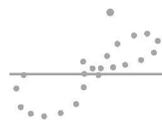
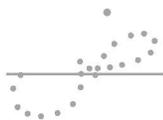
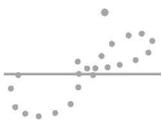
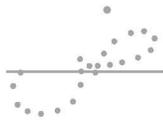
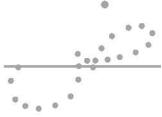
ش

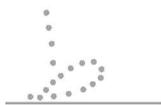
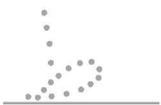
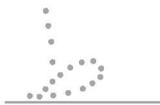
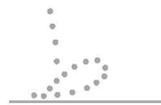
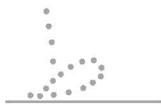
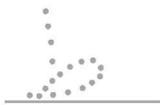
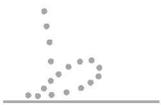
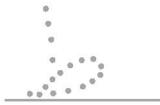
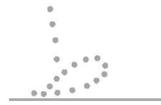
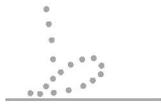
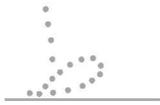
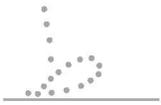
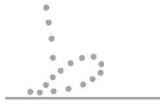
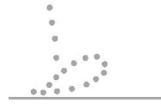
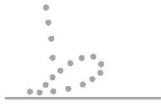
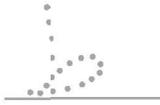
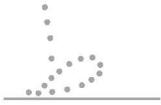
ش

ك

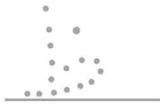
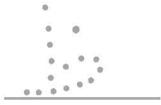


ظ





ظ



ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

ع

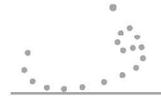
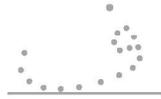
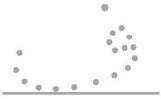
ع

ع

ع

ع

ف



ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

ك

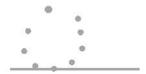
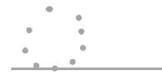
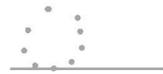
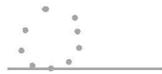
ك

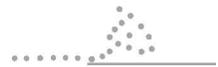
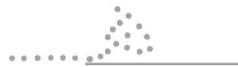
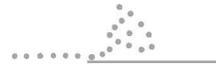
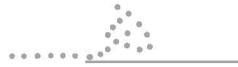
ك

ك

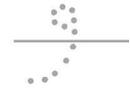
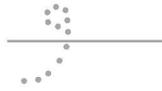
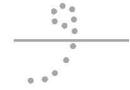
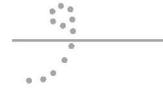
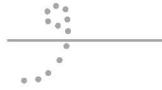
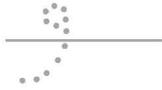
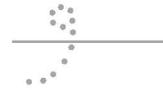
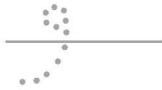


ن

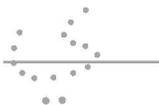
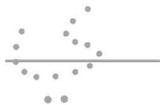
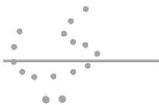
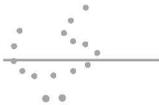
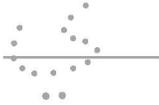
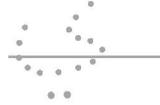
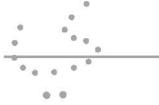




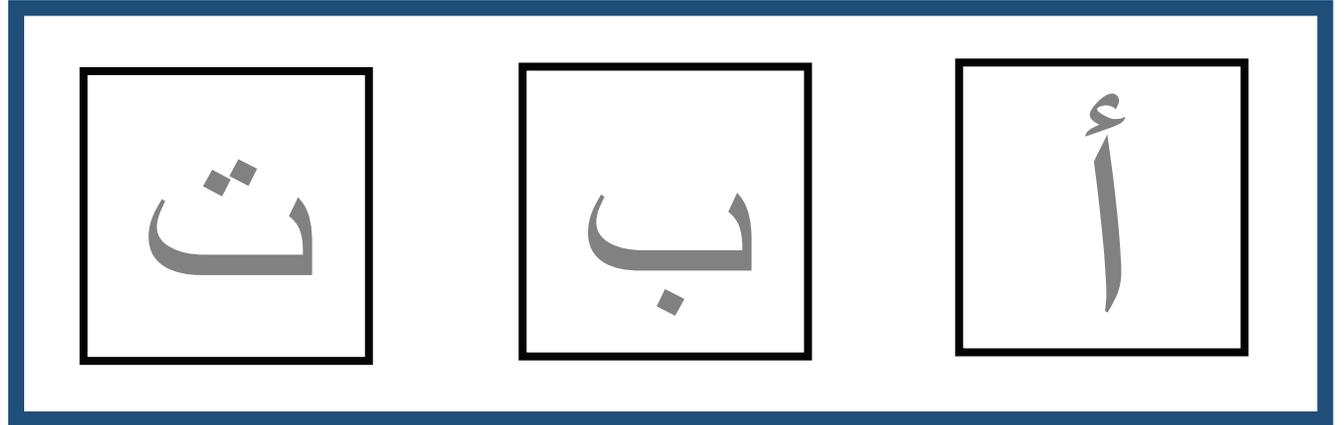
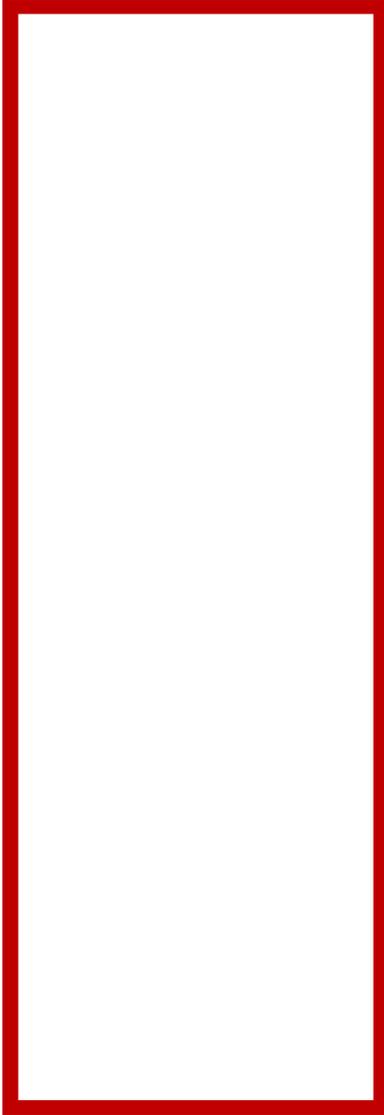
و



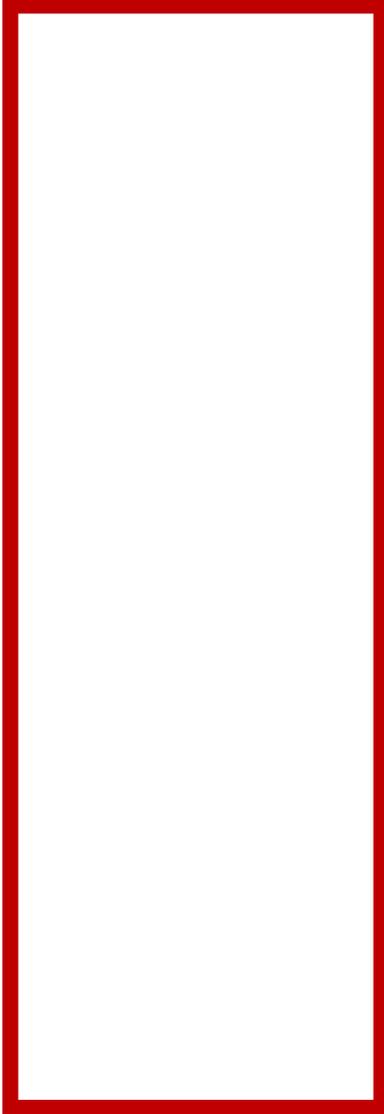
ي



مطابقة الحروف الهجائية



مطابقة الحروف الهجائية

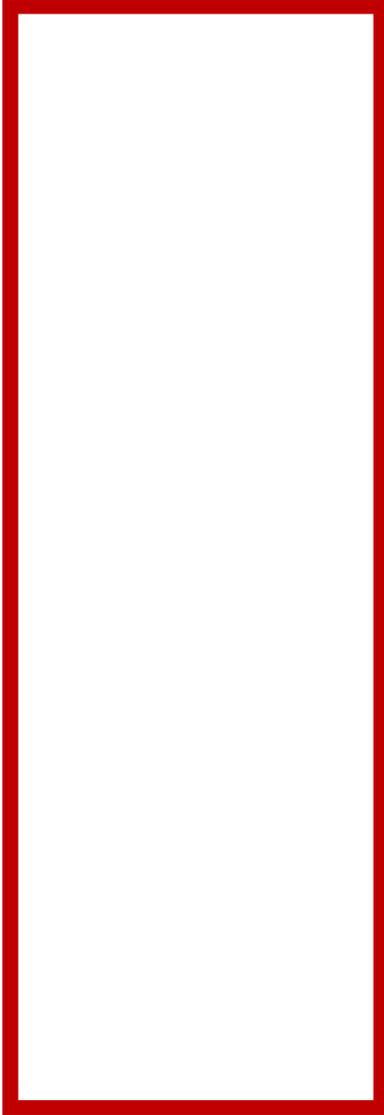


ح

ج

ت

مطابقة الحروف الهجائية

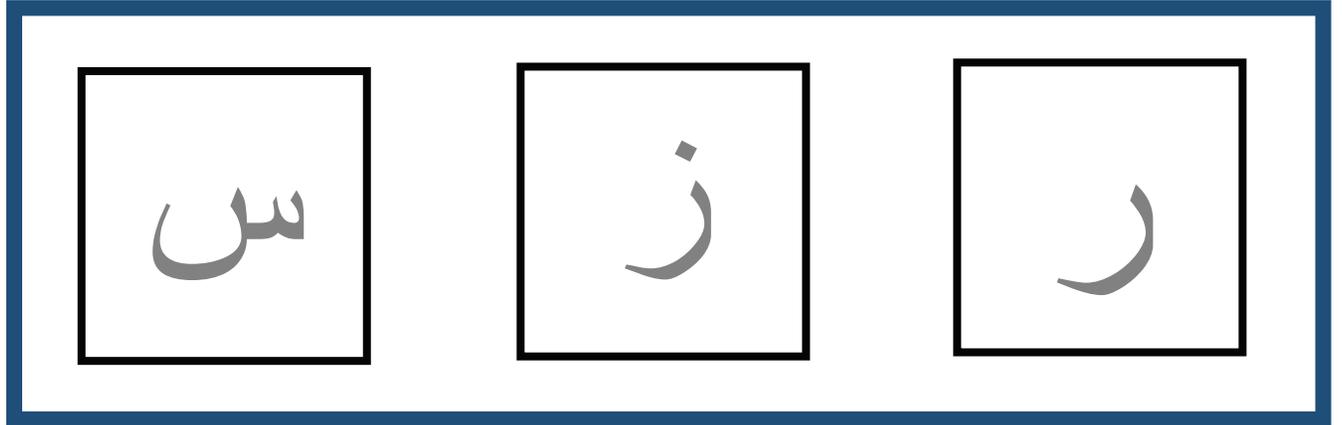
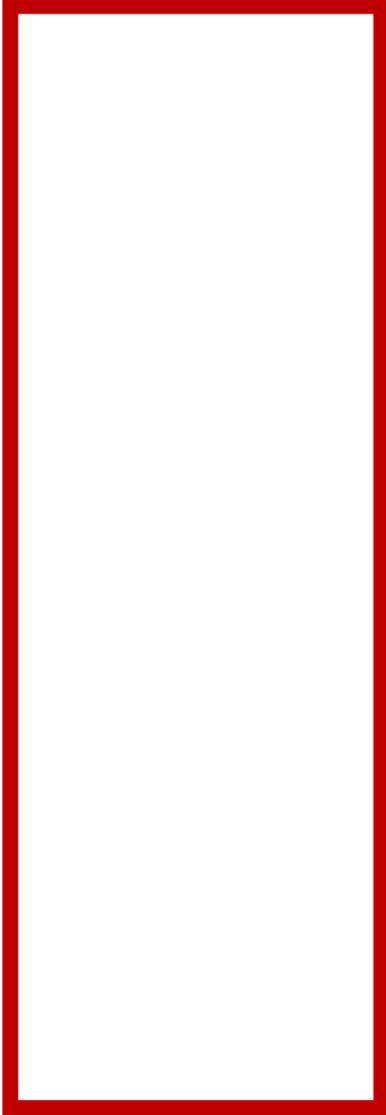


ذ

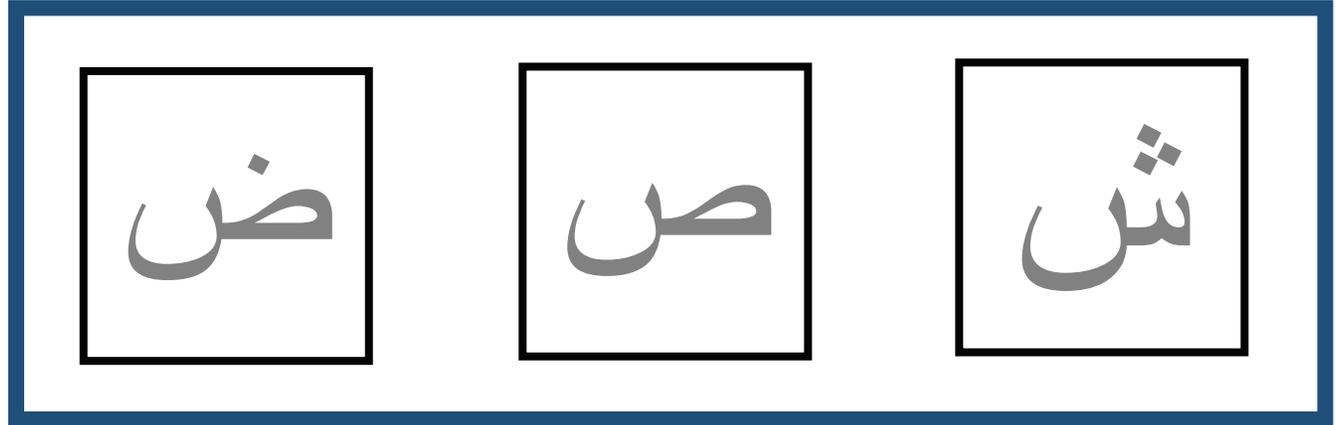
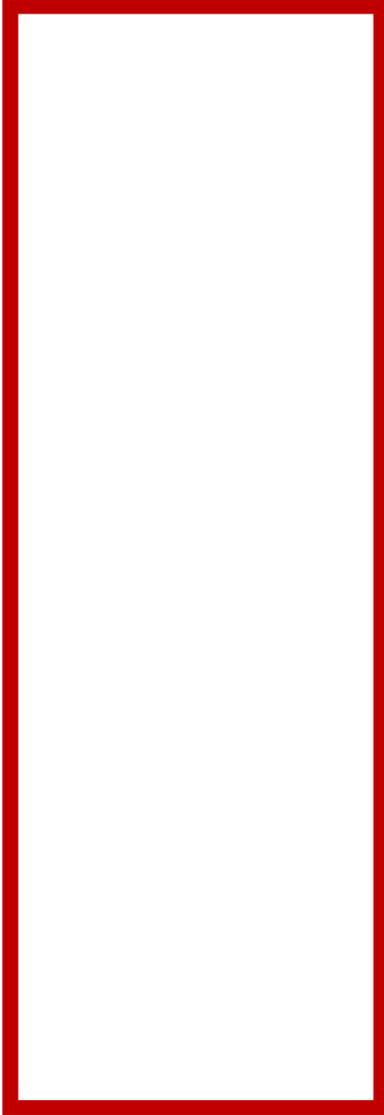
د

خ

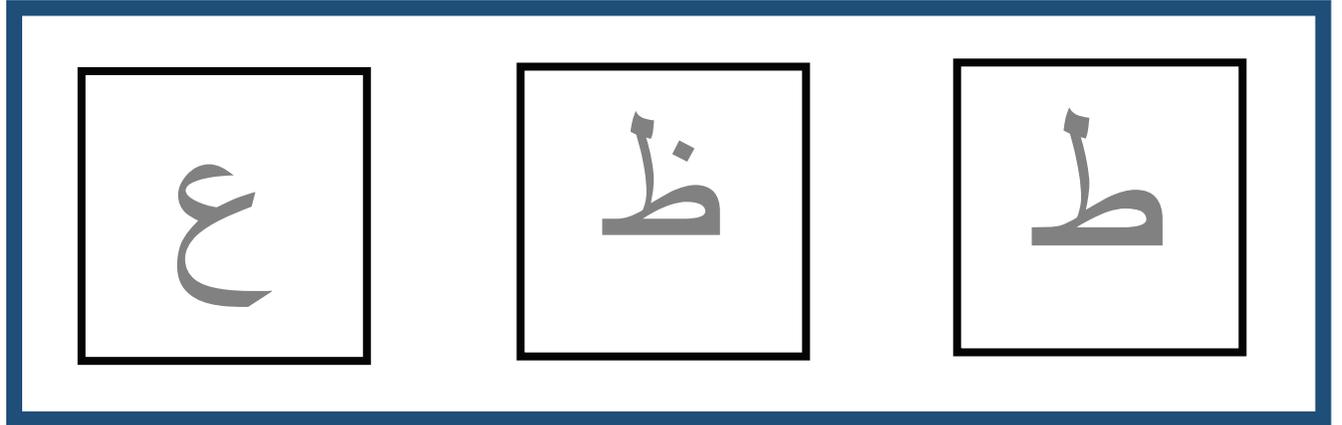
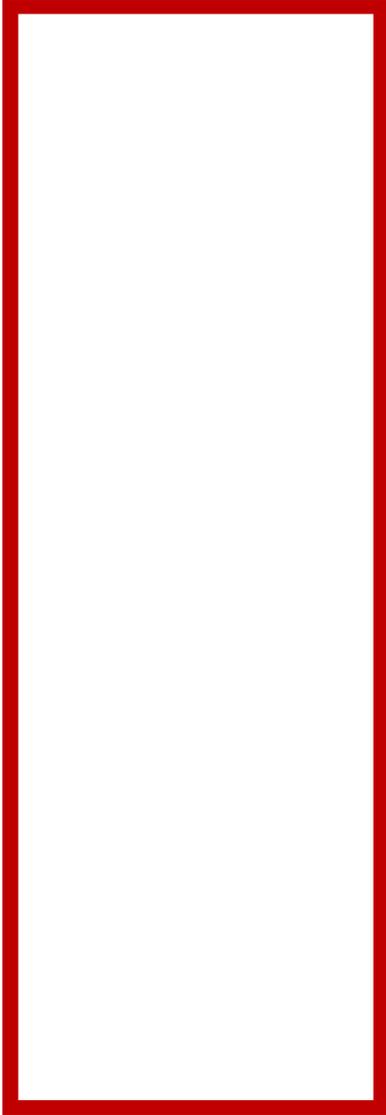
مطابقة الحروف الهجائية



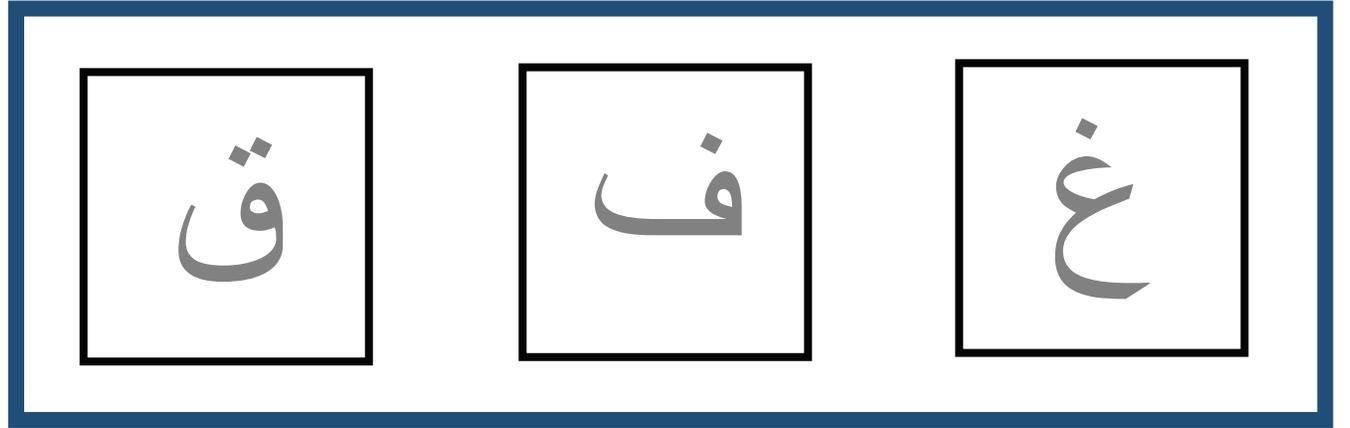
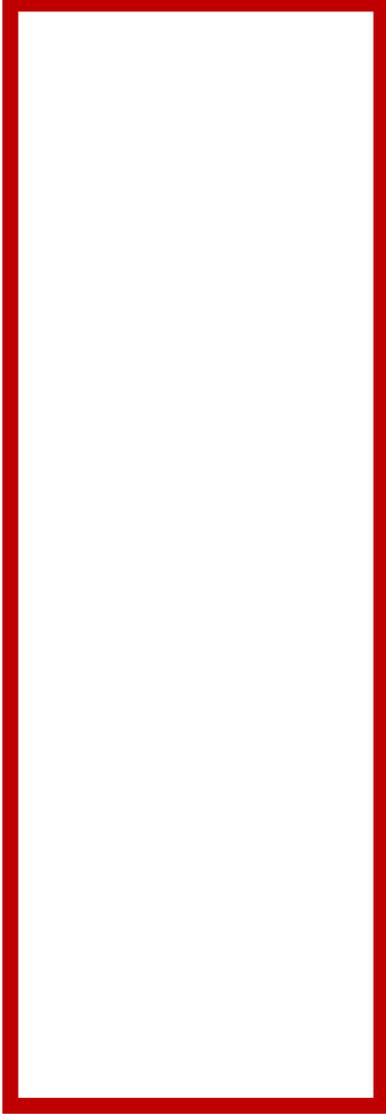
مطابقة الحروف الهجائية



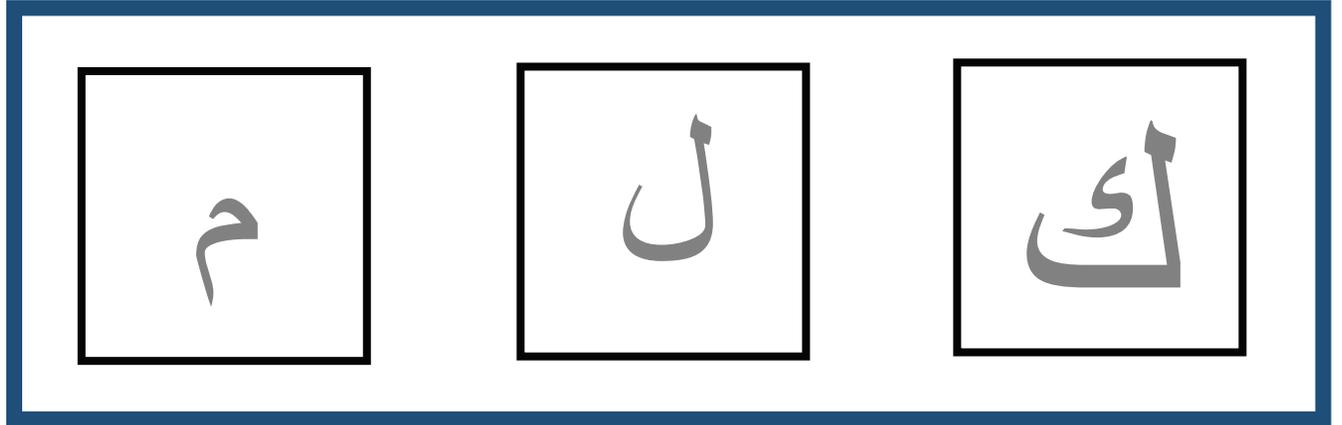
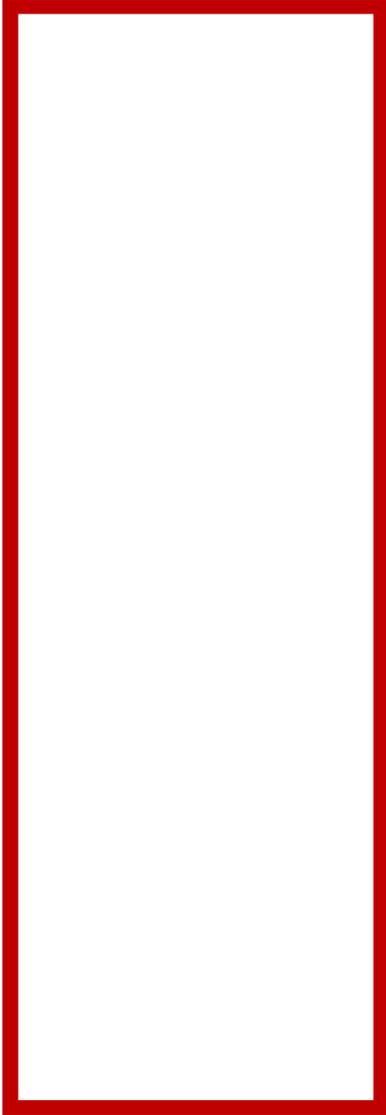
مطابقة الحروف الهجائية



مطابقة الحروف الهجائية



مطابقة الحروف الهجائية



مطابقة الحروف الهجائية

هـ

ن

ي

و



يشير الطالب إلى الحرف المطلوب

ث

ب

أ

ث



يشير الطالب إلى الحرف المطلوب

ح

ج

خ

د



يشير الطالب إلى الحرف المطلوب

ذ

ز

ر

س



يشير الطالب إلى الحرف المطلوب

ص

ش

ظ

ض



يشير الطالب إلى الحرف المطلوب

ظ

ع

ف

ع



يشير الطالب إلى الحرف المطلوب

ك

ل

ق

ح



يشير الطالب إلى الحرف المطلوب

هـ

ن

و

ي

كتابة الأرقام من واحد إلى عشرة

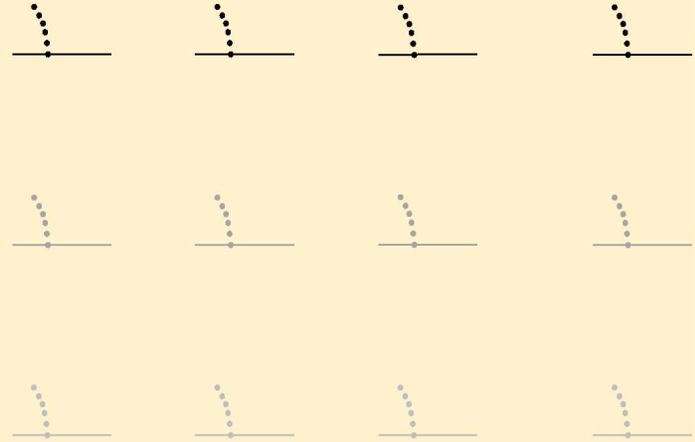
كتابة الأرقام من ١ إلى ١٠

لون

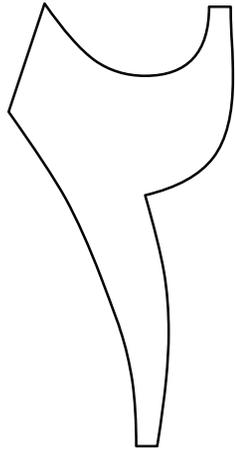


تتبع النقاط



اكتب رقم ١

لون

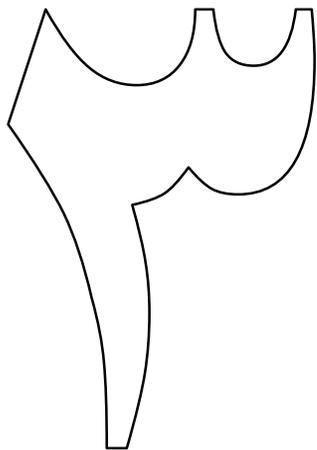


تتبع النقاط



اكتب رقم ٢

لون

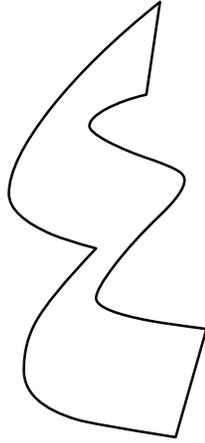


تتبع النقاط

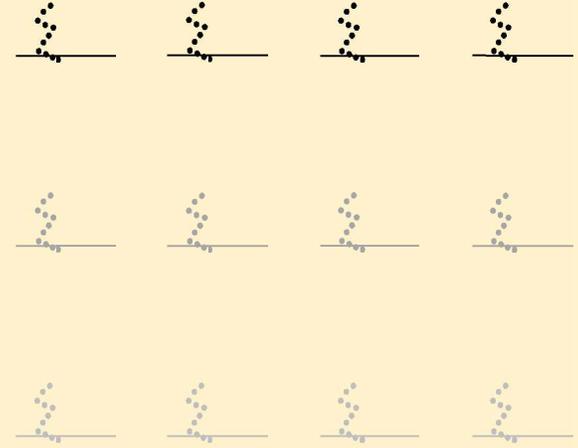


اكتب رقم ٣

لون

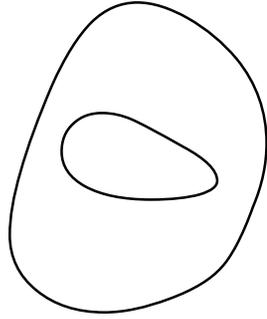


تتبع النقاط



اكتب رقم ٤

لون

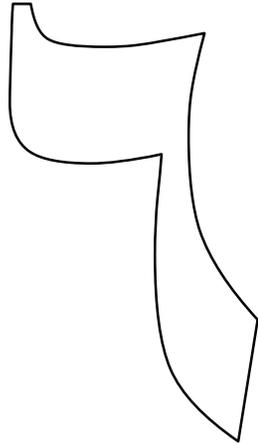


تتبع النقاط

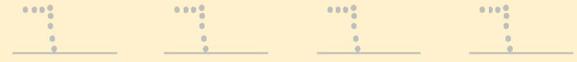
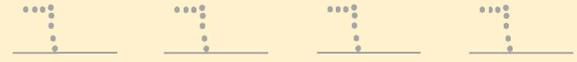
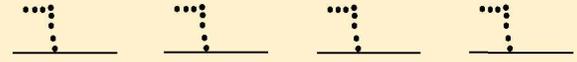


اكتب رقم ٥

لون

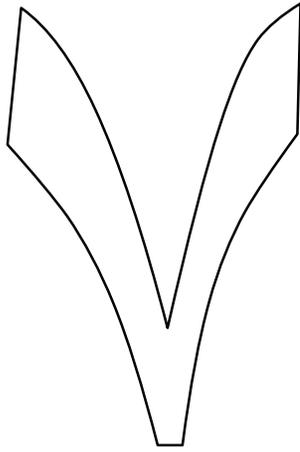


تتبع النقاط

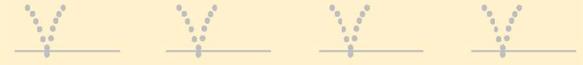
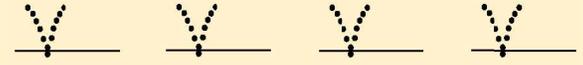


اكتب رقم ٦

لون

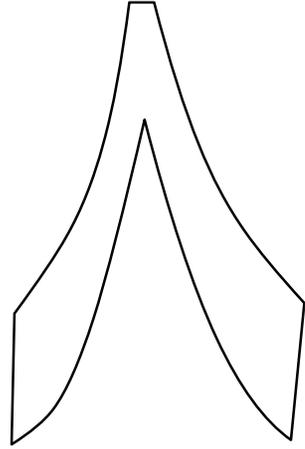


تتبع النقاط

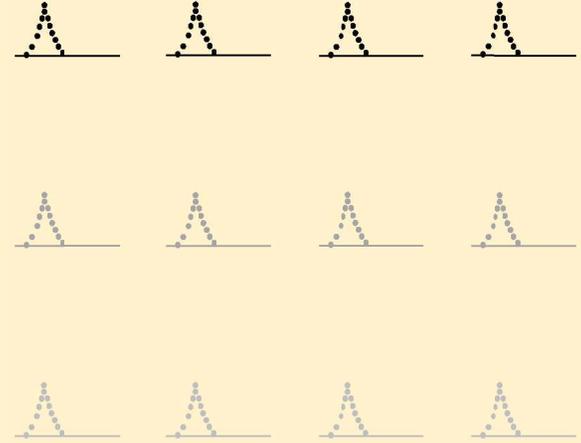


اكتب رقم ٧

لون

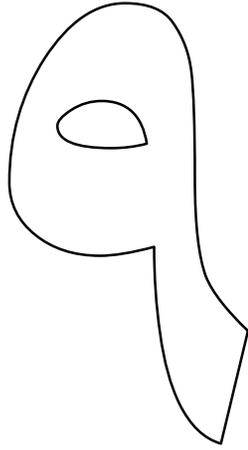


تتبع النقاط

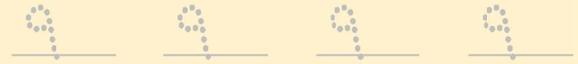


اكتب رقم ٨

لون

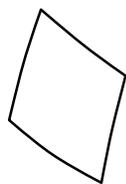


تتبع النقاط



اكتب رقم ٩

لون

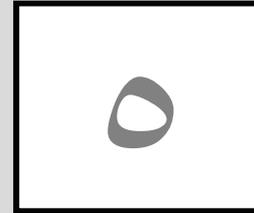
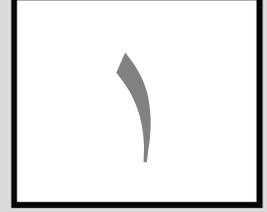
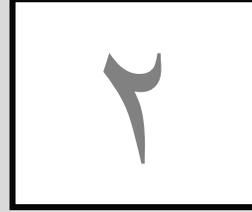


تتبع النقاط

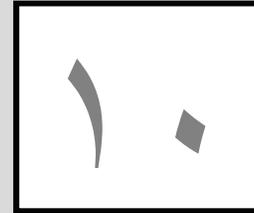
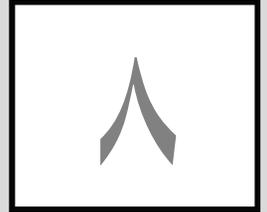
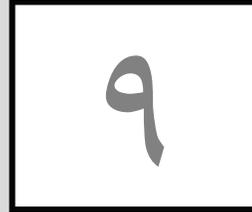
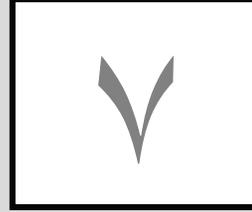


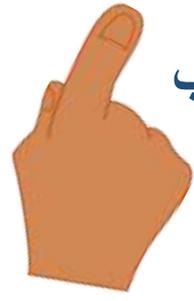
اكتب رقم ١٠

مطابقة الأعداد



مطابقة الأعداد





يشير الطالب إلى الرقم المطلوب

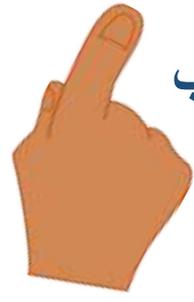
٢

١

٥

٤

٣



يشير الطالب إلى الرقم المطلوب

٧

٦

٨

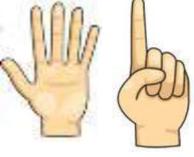
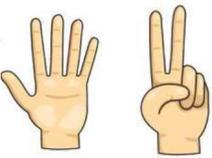
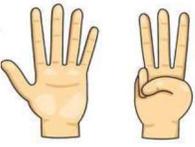
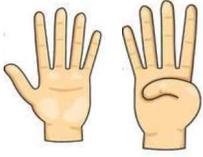
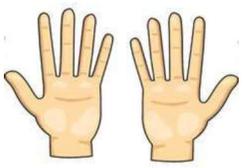
٩

٨

وضع كل بطاقة أمام العدد الملائم لعدد الدوائر.

	١	
	٢	
	٣	
	٤	
	٥	

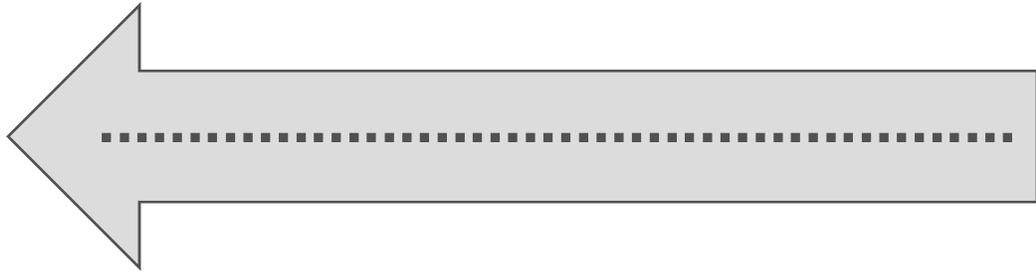
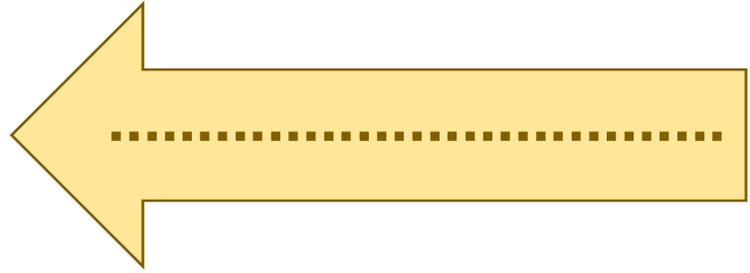
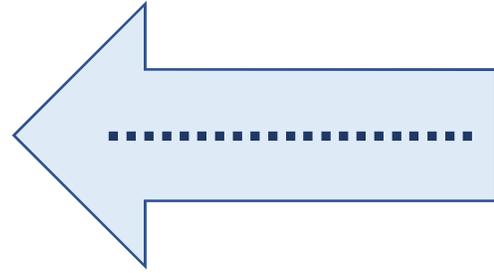
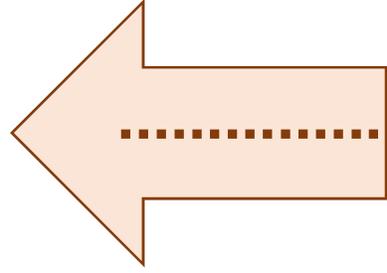
وضع كل بطاقة أمام العدد الملائم لعدد الدوائر.

	٦	
	٧	
	٨	
	٩	
	١٠	

تتمية التآزر البصري والحركي الدقيق

التوصيل بين نقاط مرسومه بشكل افقي

رسم خط افقي

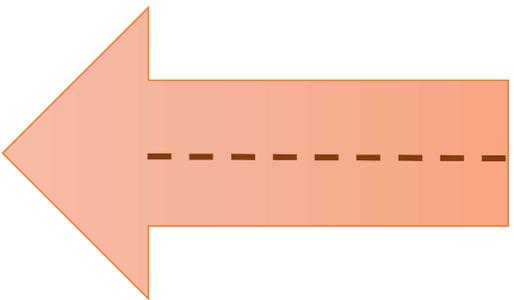
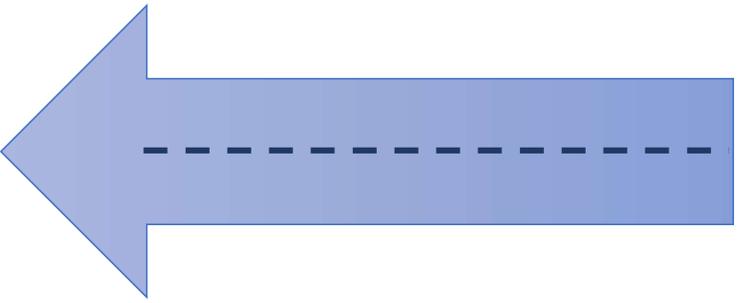
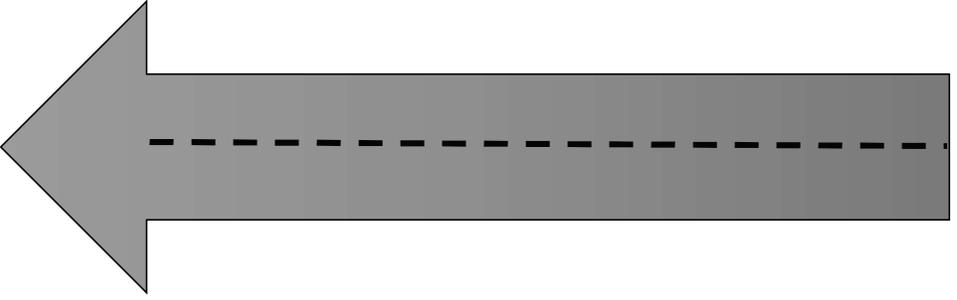
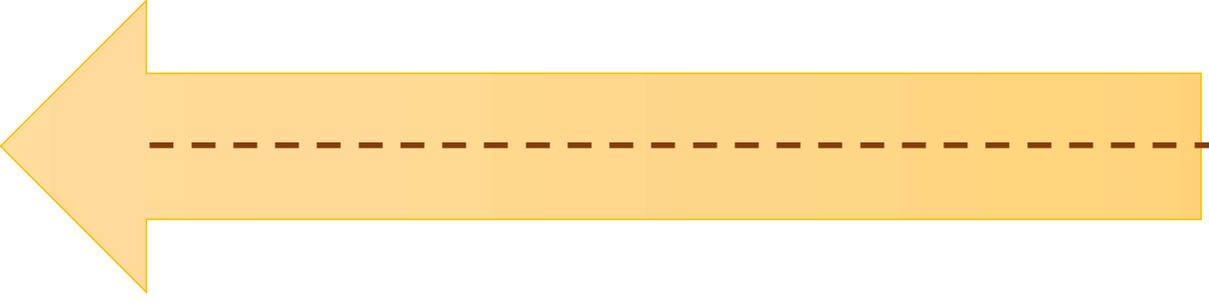
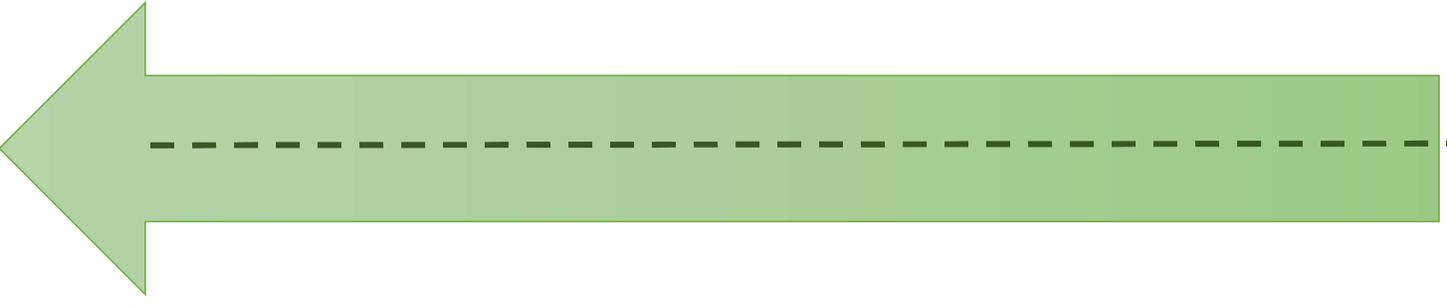


رسم خط افقي من النقطة الخضراء الى النقطة الحمراء



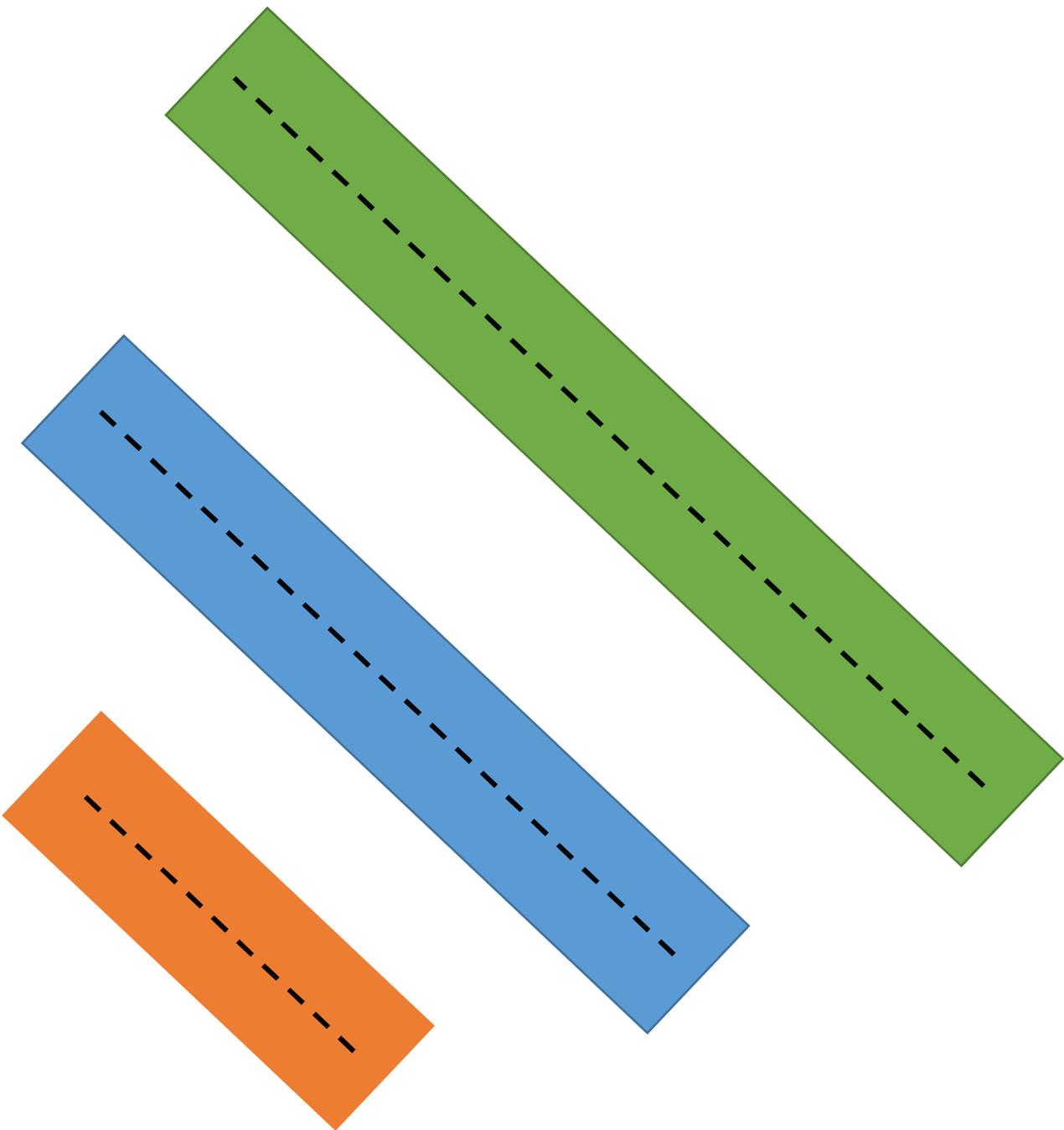
التوصيل بين نقاط مرسومه بشكل عامودي

رسم خط عامودي



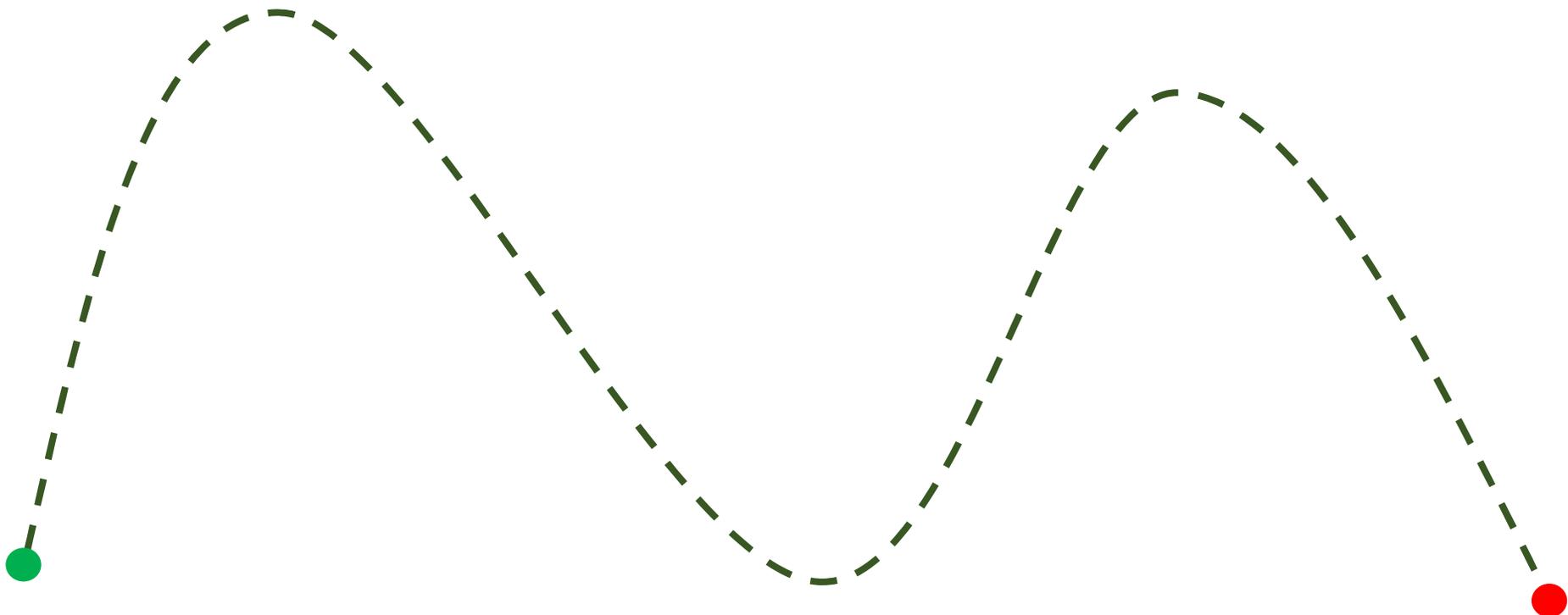
التوصيل بين نقاط مرسومه بشكل مائل

رسم خط مائل



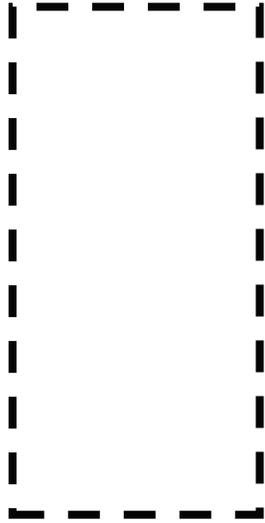
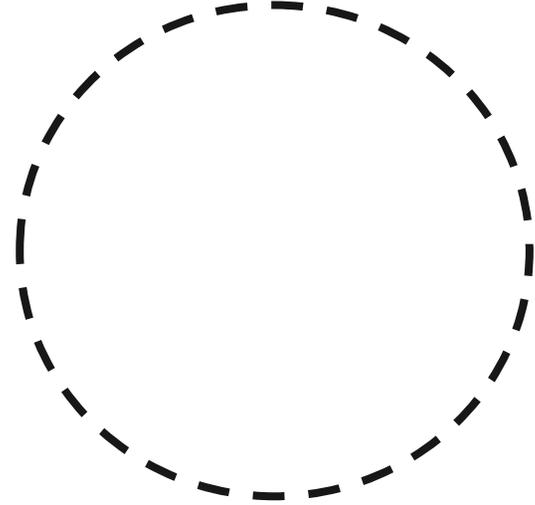
التوصيل بين نقاط مرسومه بشكل منحنى

رسم منحنى

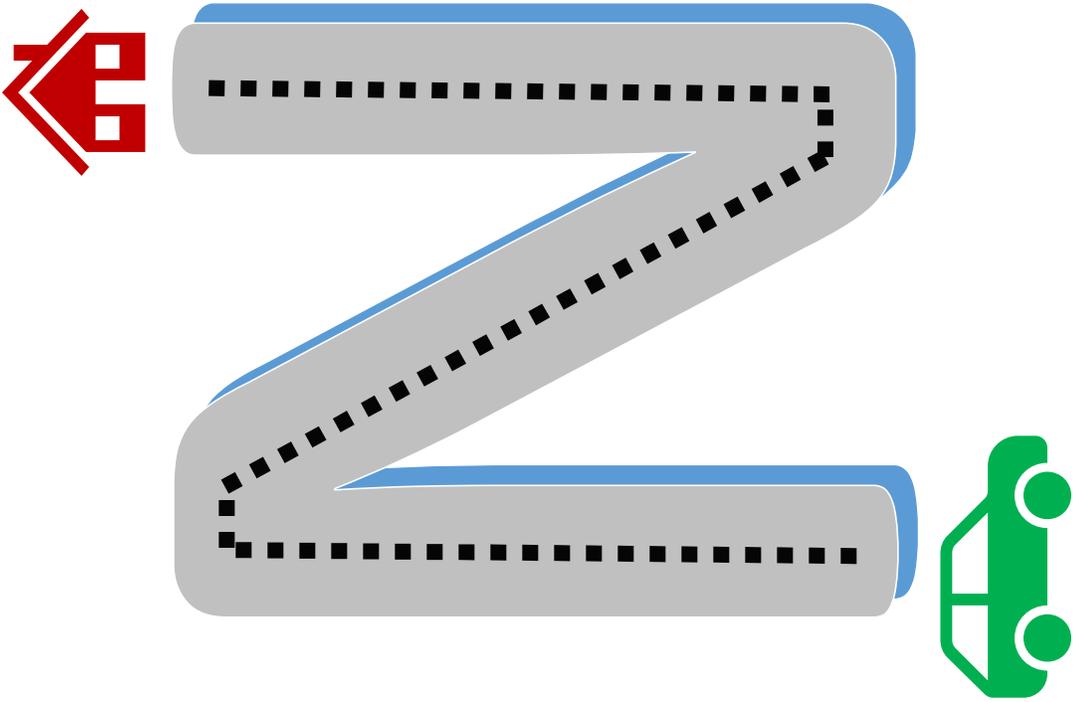


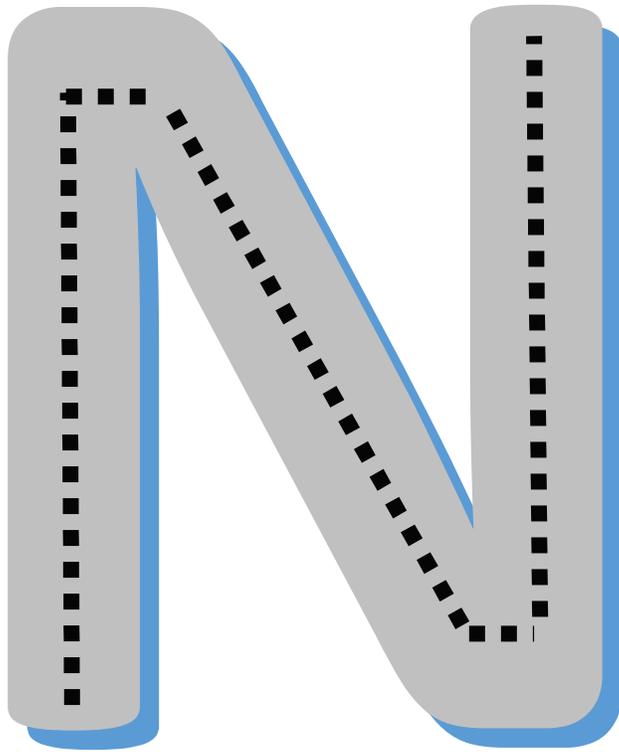
التوصيل بين نقاط مرسومه بأشكال هندسية (مربع، مثلث، دائرة، مستطيل)

التوصيل بين نقاط مرسومه بأشكال هندسية (مربع، مثلث، دائرة، مستطيل)



التوصيل بين نقاط مرسومة على شكل متاهة (Z M N)





M M

