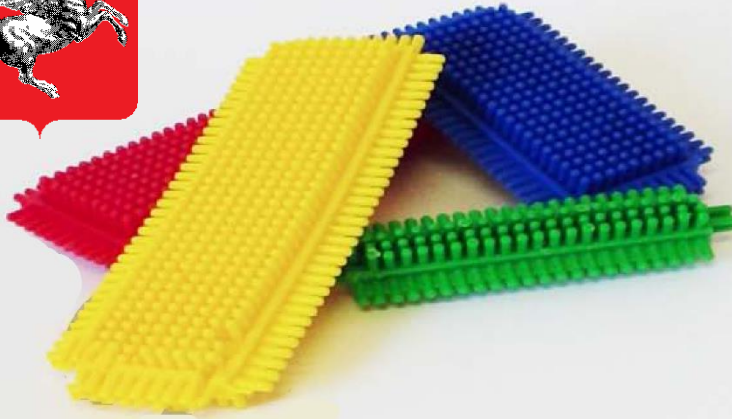


Con il patrocinio di
REGIONE
TOSCANA



Servizio
Sanitario
della
Toscana



دليل المعلومات

العب معي!

أنشطة موصى بها لتعزيز تنمية المهارات الحركية



لنلعب معًا!

أولياء الأمور الأعزاء،

تم تأليف هذا الكتيب بهدف تقديم تلميحات وأفكار للعب مع أطفالكم بطريقة بسيطة وخلاقة وبيئية.

وهي أفكار لا ينبغي أن تتحول إلى تمارين أو اختبارات مرحة لتجربتها على أطفالكم كما في المدرسة أو في العلاج، بل تجارب ممتعة لتبادل واكتشاف واكتساب المهارات.

أفكار يجب أن تُبنى معًا، والتي يمكن أن تكون دوافع لفترات الظهيرة الواجب قضاءها سويًا، مما يساعد على تجنب التعرض الطويل لشاشة التلفزيون وتعزيز احترام الذات والشعور بالفعالية.

أهمية اللعب

"ألعاب الأطفال ليست ألعابًا وينبغي النظر إليها باعتبارها أفعالهم الأكثر جدية"

ميشيل دي مونتين

شارك!

عندما تقوم باللعب مع ابنك/ابنتك

- ضع نفسك عند مستوى طوله
- راقب نظراته
- لاحظ ماذا يفعل
- امنحه الوقت للتجربة
- قدم له الفرصة لتقليدك
- اضبط نفسك على مستوى مشاعره و ...

استمتع!

من خلال اللعب

يمكن للطفل أن يكتشف ويجرب:

- جسده
 - العلاقة مع الآخر ومع الأشياء
 - البيئة المحيطة
- بهذه الطريقة يتعلم المهارات اللازمة لتطور متناغم (عاطفي- تفاعلي، معرفي، لغوي، حركي-ممارسي)

على الأطفال أن يكتشفوا ويتعلموا بكل حواسهم.

لذلك فإنه من الهام أن تقدم لهم وتشاركهم أشياء حقيقية في أول عامين من حياتهم.

قامت منظمة الصحة العالمية بنشر بعض التوصيات: لا يجب ترك الرضع والأطفال لمشاهدة التلفزيون أو الهاتف الذكي أو الكمبيوتر اللوحي أو الكمبيوتر بشكل سلبي.

تنص المبادئ التوجيهية الجديدة على أنه قبل إتمام العامين من العمر يجب ألا يقضي الأطفال وقتًا في الجلوس بشكل سلبي أمام الشاشة،

بل إن الحد الأقصى للأطفال من سن 2 إلى 4 سنوات من العمر هو ساعة واحدة في اليوم، ولكن بشكل عام سيكون من الأفضل أقل من ذلك.

الإنترنت والتكنولوجيا نعم! ولكن...

كمصدر للأفكار والدوافع لبناء مادة لعب جديدة لطفلك



سلة الكنوز



بعض الأمثلة

- لدمج حواس البصر / السمع / اللمس: شخاشيخ، مفاتيح، أغلفة من البلاستيك مع فقائيع الهواء، رقايات...
- لدمج حواس البصر / اللمس: الألعاب المحشوة، ورق الصنفرة، الألعاب المطاطية، الرمل، البقوليات، الدقيق المختلف، المكرونة النيئة، رغوة الحلاقة...
- لدمج حواس اللمس / التذوق / الشم: كريمة، جزر، عجينة ملح

وإذا ما وضعها في فمه؟

بالنسبة للطفل الصغير، يعتبر استكشاف الأشياء بالفم أمرًا طبيعيًا، فهو وسيلته الأولى لمعرفة العالم (دائمًا تحت إشراف دقيق من شخص بالغ).

قبضة الكماشة

من 9 شهور



امنح الطفل الفرصة لتنشيط قبضة الكماشة بأشياء صغيرة صالحة للأكل، مثل كرات الحبوب أو قطع البسكويت.

لتقوية قبضة الكماشة



اصنع إطارات مكونة من مشابك الغسيل على البرطمانات البلاستيكية.



احصل على بعض القطع البلاستيكية باستخدام الكماشة

إدخال البيضات

من 10 شهور



إدخال بيضات من البلاستيك في وعاء بعد عمل فتحة في غطاءه.

أغراض يومية لاستخدام اليدين

من 24 شهرًا



غلق وفتح سدادة الزجاجاة

من 20 شهرًا



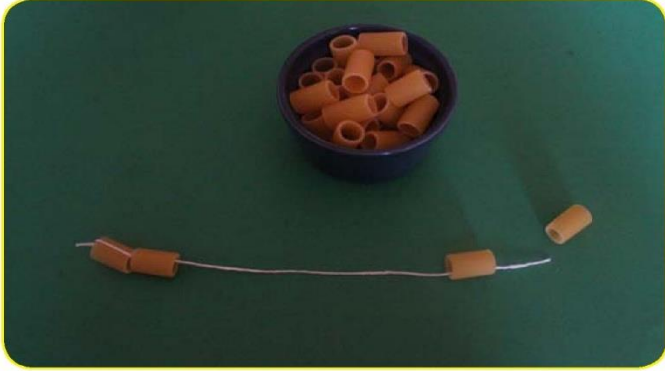
فتح وإغلاق سوستة (الحقيبة، والمعاطف،
وحقائب الظهر وما إلى ذلك)

من 18 شهرًا



فتح وإغلاق لاصق الفيلكرو الخاص بالحذاء

قلادة الرقبة



من 24 شهرًا

عمل قلادة من حبات المكرونة (المكرونة الخواتم على سبيل المثال) وخيط سميك (على سبيل المثال خيط مطبخ مغموس في فيناجيل وبترك ليجف)
أو رباط حذاء



قلادة المكرونة مع الأزرار.

من 24 شهرًا



إدخال الأزرار أو المكرونة الأصغر حجمًا مثل paternostri في رباط الحذاء أو خيط المطبخ

لعبة "الإدخال"



إدخال أقراص في الفتحة المقابلة.



إدخال أعطية قلم حبر جاف في الفتحة المقابلة لبرطمان.



إدخال سدادات الفلين في الفتحة المقابلة.

من 24 شهرا



إدخال العصي في الفتحة المقابلة.



إدخال الخرز في أسياخ مثبتة بكرة من عجينة الصلصال / مكرونة الملح.

التعاشيق

من 24 شهرًا



تشكيل العجين



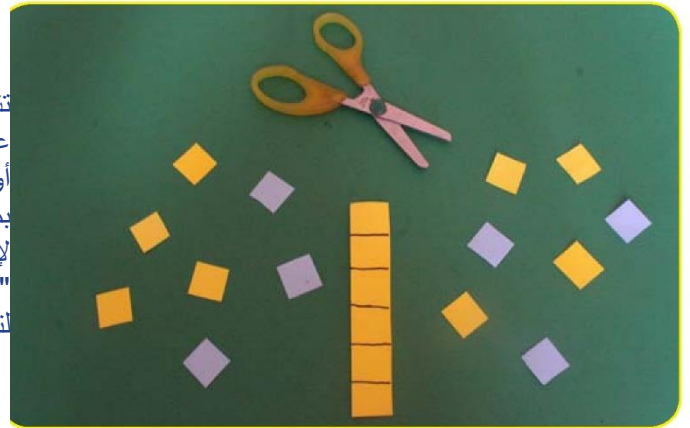
تشكيل مواد أخرى سهلة التشكيل أو عجينة الخبز

بعض الأفكار باستخدام المقص

من 36 شهرًا



تشكيل عجينة الصلصال أو
عجينة الخبز لعمل "ثعابين"
أو قص مادة التشكيل
بمقص ذي رأس مستدير
لإعداد "النيوكي" أو
"حلوى الكراميل" للدمية
لتأكلها



قطع الورق الملون عند الخط المرسوم.

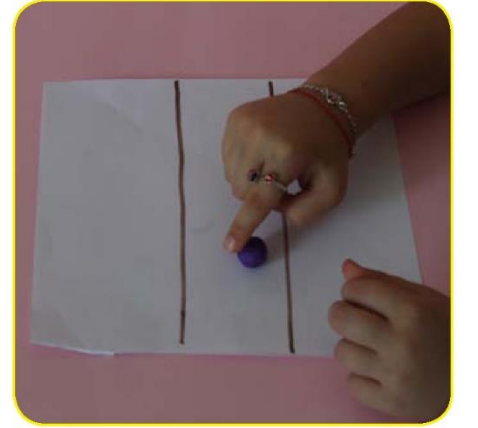
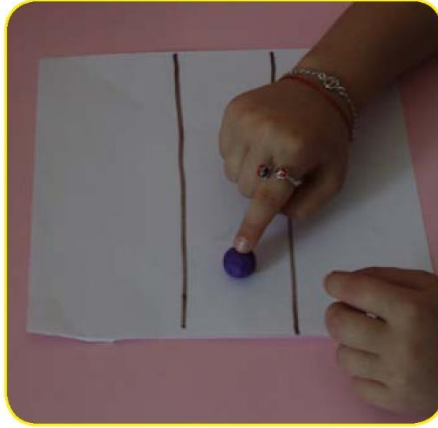
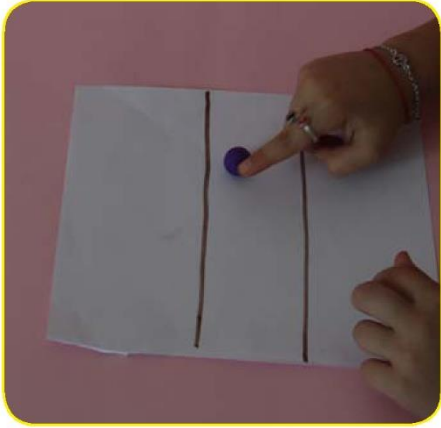
المسامير

من 24 شهرًا



امنح الطفل الفرصة لإدخال
البراغي في اللوحة بترتيب
عشوائي (أو في صف واحد)،
أو باتباع نمط محدد.

المسار



ارسم مسارًا على ورقة، ادفع الكرة / الكرة الزجاجية بإصبعك حتى تصل إلى الهدف.

البراغي

من 36 شهرًا



لعبة الأُمى



اللعبة بعرائس الأصابع التي يجب أن:

- تحيي بعضها البعض بقبلة (وضع الإبهام في مقابل الأصابع الأخرى)
- نقل بعض الأشياء الصغيرة معًا (وضع الإبهام في مقابل الأصابع الأخرى)
- الانحناء (ثني كل إصبع)
- الاستيقاظ (من القبضة المغلقة، فرد كل إصبع)
- قم بإجراء هذه الحركات بيد واحدة في المرة الأولى ثم باليدين معًا بالتزامن



يمكن لعب اللعبة الموضحة في الصفحة السابقة، بدلاً من القفاز، مع ملصقات من رموز الإيموشن أو الشخصيات المرفقة بكل طرف من أطراف الأصابع، أو عن طريق رسم رموز الإيموشن على أطراف الأصابع بقلم حبر جاف.



ألعاب لتعزيز تنسيق المهارة الحركية الدقيقة

تدعم التجربة الحسية الحركية وتسهل تنظيم الأفعال المعقدة والمتعددة بشكل متزايد (المهارات الحركية) التي تسمح للطفل بما يلي: ارتداء / خلع الملابس والأكل والشرب بمفرده، والاستحمام والرسم و الكتابة وتنظيم حقيبة الظهر... أن يكون مستقلاً

استفد من شغفك!

يمكنكم إشراك أطفالكم في أنشطة بسيطة من الحياة اليومية، وسوف يحبون مساعدتكم، ويمكنهم تطوير مهارات جديدة مع الشعور بالرضا!

في المطبخ

العجن



تقشير البقوليات



المزج



إعداد المائدة



في الحديقة

جمع الزهور والأوراق



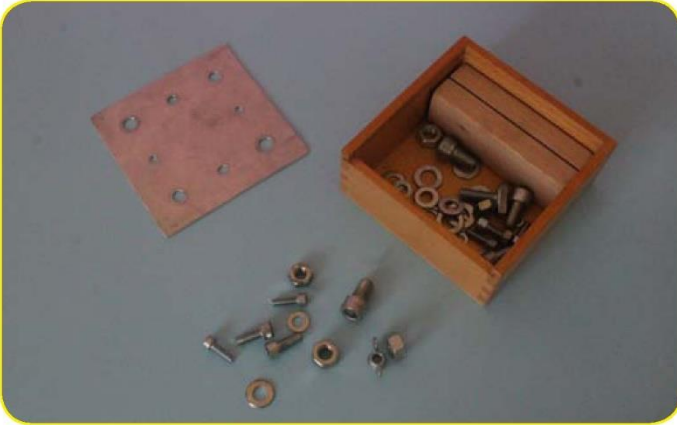
رش النباتات



الحفر



في المنزل



- إصلاح الأشياء (فك / ربط)
- نشر الملابس (بمشابك الغسيل)
- وضع الأشياء (مثل إفراغ حقيبة التسوق أو غسالة الأطباق)
- لحام الأشياء المكسوة بالغراء

من 36 شهرا

لنختبر أيضاً الأشياء التي يمكن أن تكون خطيرة من خلال لعب التظاهر (الحياسة، دق المسامير بالمطرقة، نشر الخشب)



لعبة الأجسام الخشبية أو البلاستيكية



اللعبة بالكرة المراد رميها باليدين (حتى عمر 3 سنوات) أو بيد واحدة (من 4 سنوات) في اتجاه الأجسام الخشبية بهدف إسقاط أكبر عدد ممكن. يمكن استبدال الأجسام الخشبية بزجاجات بلاستيكية يتم ملؤها بالماء حسب الصعوبة.



ألعاب الرمي والاستلام

من 4 سنوات



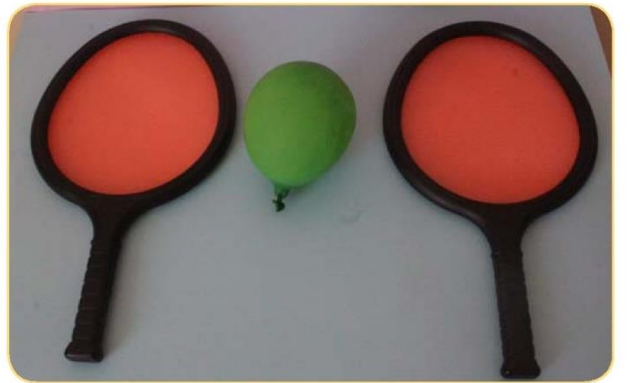
اللعبة برمي السهام أو الكرات مع محاولة ضرب وسط اللوحة لتسهيل الإمساك والتصويب.



اللعبة بالكرة والكوب للرمي والالتقاط



تجعيد قطع الورق (الألومنيوم أو المناديل الورقية) لعمل كرات. رمي الكرات المصنوعة لإحراز أهداف داخل الدلو.



لعبة التنس بكرة صغيرة أولاً ثم الكرة العادية لتسهيل الإمساك بها.

تعشيقات مزدوجة ثم أكثر تعقيدًا حتى من 24 شهرًا
حل ألعاب الألغاز



الذاكرة أو لوحات الصور



اللعبة للعثور على نفس الصورة أو ملء الخانات بالصورة المقابلة؛ يمكن لعب هذه اللعبة بشكل فردي أو زوجي أو في مجموعة صغيرة.
يمكن أن تكون الصور مصنوعة من الورق المقوى، مع صور أو رسومات المطبوعة.



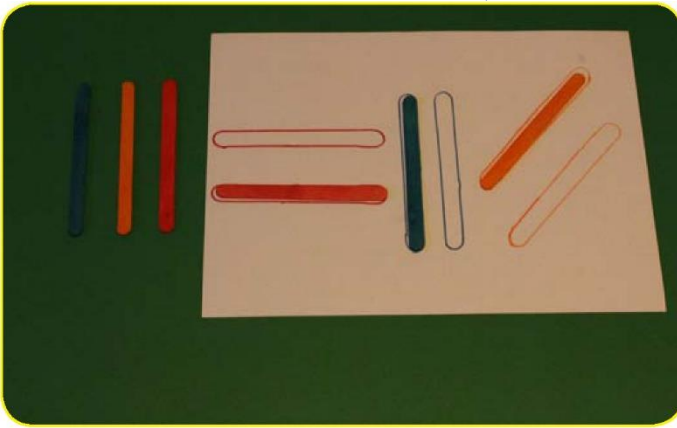
خمن أين يذهب وكيف يجب وضعه

من 24 شهرا



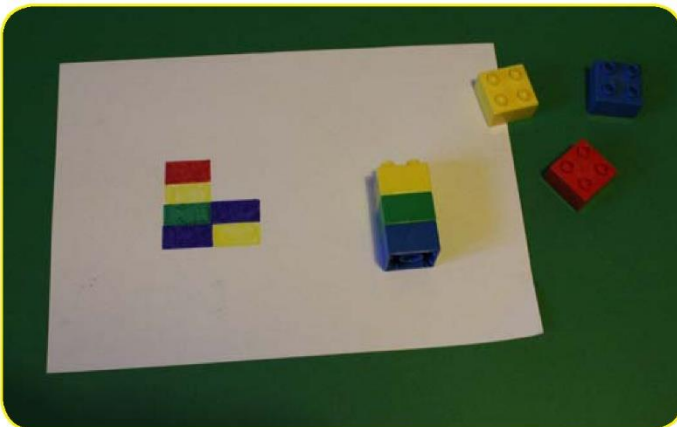
يجب أن يضع الطفل الكرة على اللون المماثل.

من 4 أعوام



وضع العصي الملونة على أشكال اللون المقابل مع الالتزام بموضعها.

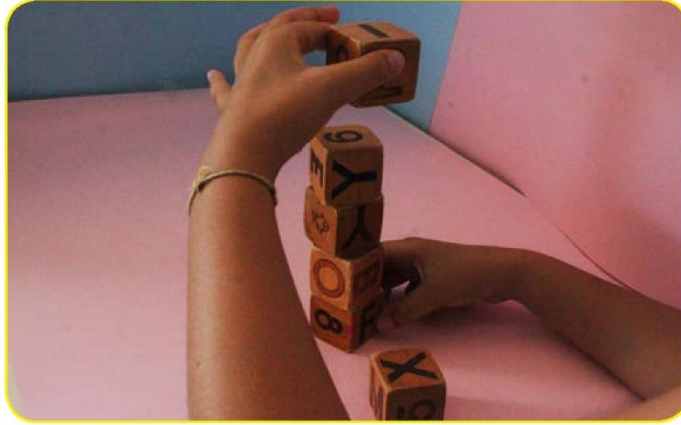
من 4 أعوام



باستخدام المكعبات الملونة، بناء أبراج وقطارات وسلالم وتكوينات مختلفة، بدءاً من الأبسط إلى الأكثر تعقيداً (كهيكل وكعدد عناصر). التكوين في نفس الوقت بمكعب واحد أو تقديم النموذج المبني بالفعل، مادياً أولاً ثم مُصمماً.

برج المكعبات

من 20 شهرا

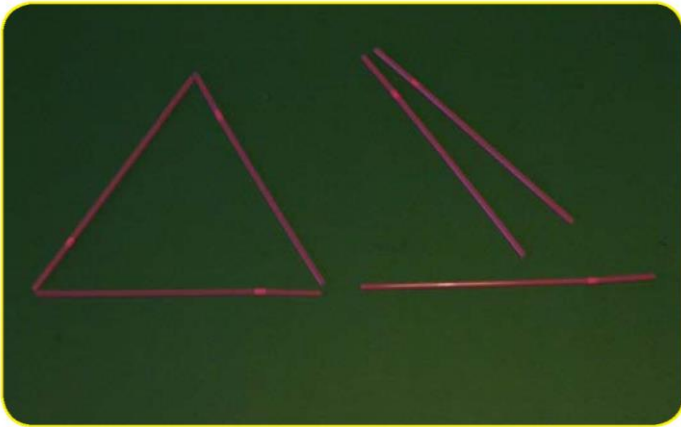


إنشاء برج أو قطار باستخدام المكعبات

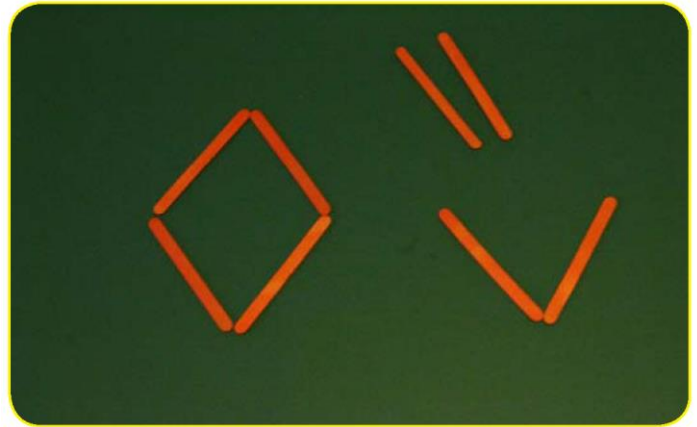
تدريبات بنائية باستخدام العصي

من 4 سنوات

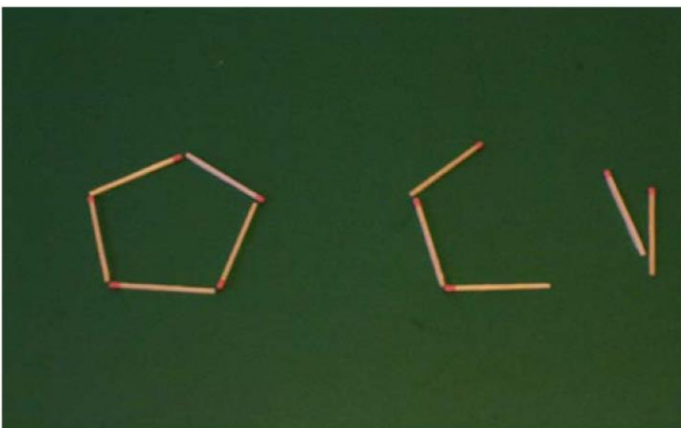
لرسم الأشكال الهندسية يمكن استخدام:



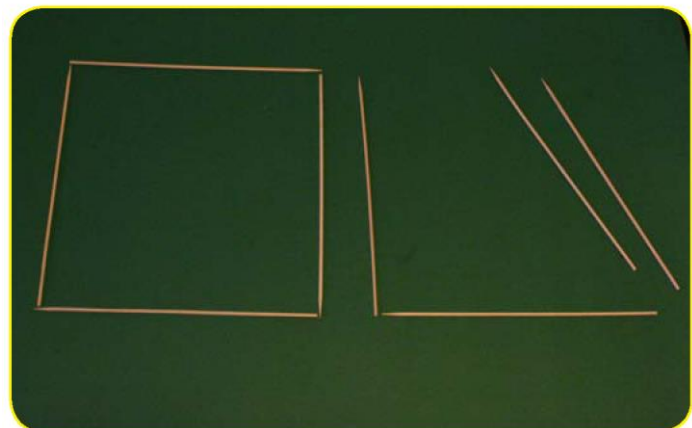
الماصات



العصي



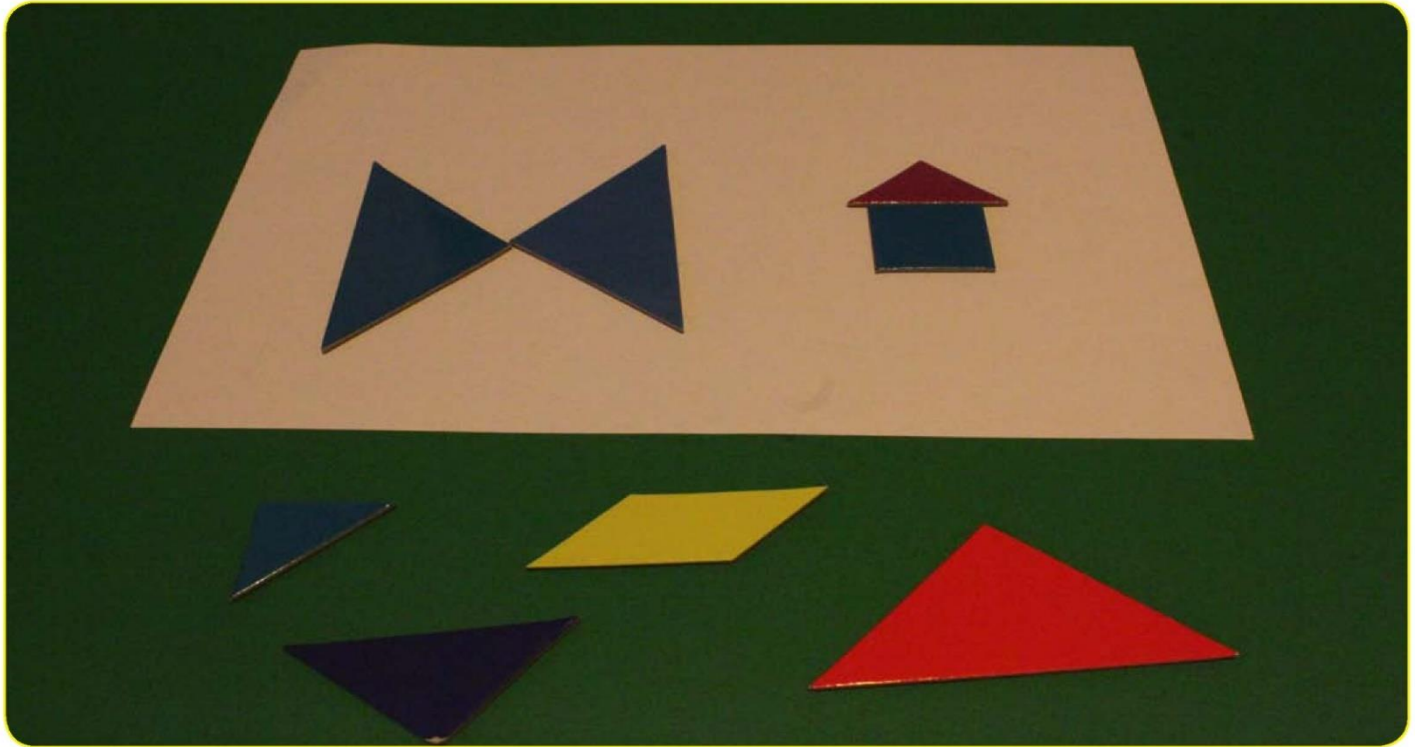
أعواد الثقاب



الأسياخ الخشبية

التانغرام

من 4 سنوات



باستخدام الأشكال الهندسية، من الممكن إنشاء أشكال

من 5 سنوات



باستخدام سبعة قطع بأشكال مختلفة، يمكن إنشاء شكل باستخدام كل القطع
يمكن البدء بترابك القطع المختلفة ثم إعادة الإنشاء.

لإعادة إنشاء الأشكال السبعة، يمكن البحث على الإنترنت عن "تنغرام للتلوين". سيكون هناك العديد من الصور والأشكال للاستلها من.

الرسم بدقيق الذرة

من 4 سنوات



الأسطح الرأسية



استخدام السبورات
(سوداء أو بيضاء)، ورق
تغليف معلق على الحائط
نسخ خطوط رأسية
وأفقية، ورسوم دائرية،
وصلبان، ومنازل،
وثعابين، وغيوم، إلخ.

المرسام



هذه الاقتراحات هي نتيجة خبرة عمل مجموعة من المعالجين العصبيين والنفسيين الحركيين في سن النمو والتابعين للخدمة الصحية لإقليم توسكانا. إن الهدف الأساسي من عمل المعالج العصبي والنفسي في عصر النمو هو تعزيز النمو المتوازن والمتناغم للطفل ككل.

تتعاون T.N.P.E.E مع فرق متعددة التخصصات مكونة من متخصصين صحيين في مجال إعادة التأهيل، والطب النفسي العصبي للأطفال، وأخصائيي علم النفس وإعادة تأهيل طب الأطفال والتربوي.

للحصول على معلومات ونصائح، يمكنك الاتصال بمعالج الأمراض العصبية والنفسية في سن النمو لدى خدمة إعادة التأهيل الوظيفي للأطفال والمراهقين في مجمع الخدمات الصحية التابع له.

نشكر جميع الأطفال الذين قدموا أنفسهم ليكونوا نماذج لعمل هذا الدليل

نصائح بيليوغرافية
ألعب وأبتكر وأتعلم، ف.سانتي، أسترو للنشر 2019.
الألعاب الأكثر تحفيزاً وإبداعاً للعبها مع طفلك من 0 إلى 6 سنوات، ج. كوتسا، نيوتن كوميتن للنشر، 2018.
لعب للأطفال، إي. بومغارتنر، كاروتشي للنشر، سلسلة لي بوسولي، 2010.
"مبادئ توجيهية بشأن النشاط البدني والسلوك المستقر والنوم للأطفال دون سن الخامسة" - منظمة الصحة العالمية (2019).
كتب أنشطة مونتيسوري من 0 شهر إلى 6 سنوات.

نصائح لتصفح الويب

LAMINIFACTORY.COM/2018/09/5-CESTINI-DEI-TESORI
-PER-BAMBINI-DAI-6.HTML
Social Network Pinterest (على سبيل المثال عن طريق كتابة "ألعاب المهارات الحركية الدقيقة" أو "أنشطة حركة الرسم البياني").
NUVOLEINSCATOLA.IT
PASSETTIDALUMACA.COM

برعاية أخصائيي العلاج العصبي والنفسي الحركي في سن النمو، والتابعين للخدمة الصحية لإقليم توسكانا

الصور لـ:

كاترينا فينسكي

TPX 5195 AUSL TC GRAFICA - LM

