



موسسه خیریه آموزشی توان یابان یزد

مهارت های حرکتی ظریف



تهیه کننده:
الهه مغنی باشی

کاردرمانگر

بهار ۱۴۰۰

کمک به کودکان با مشکلات حرکت ظریف



متخصصین مراقبت از کودک نقش مهمی در حمایت از کودکانی دارند دچار تاخیر یا مشکلاتی در رشد مهارت های حرکتی ظریف خود هستند. هنگامی که کودکی مشکلات مداوم در این حیطه را تجربه می کند متخصصین مراقبت از کودک نیاز دارند با دیگر متخصصین همانند کاردرمانگران همکاری کنند تا رویکرد های تخصصی برای ارتقا رشد حرکت ظریف کودک به کار بگیرند. در این موارد، ممکن است نیاز باشد برنامه درمانی را به گونه ای قرار داد که همسو با علایق کودک باشد، و بتوان آن را در برنامه روزانه جای داد.

نتیجه گیری

مهارت های حرکتی ظریف اساسی مهم برای اکتساب دیگر مهارت ها، از قبیل ادبیات، ریاضی، کمک به خود و توانایی اجرای تکالیف متعدد روزمره دیگر می باشد. متخصصین مراقبت از کودک می توانند از طریق آشنایی با علایق و توانایی های هر فرد و استفاده از این اطلاعات برای برنامه ریزی تمرینات حرکت ظریف به رشد مهارت های حرکتی آنها کمک کنند. تجارب بازی های خلاقانه نیز این فرصت را به متخصصین مراقبت از کودک می دهد تا کودکان را تشویق به تمرین و رشد مهارت های حرکتی ظریف خود به شیوه ای معنا دار و غیر اجباری کنند.

موسسه خیریه توانیابان یزد در سال 1376 در منزل قدیمی که توسط یکی از خیرین در اختیار موسسه قرار داده شده بود به همت 13 نفر از خیرین تشکیل و در آذرماه همان سال با گرفتن مجوز از سازمان بهزیستی استان و اداره فنی و حرفه ای جهت آموزش معلولین شروع به کار کرد.

از سال 1386 با مصوبه سازمان بهزیستی استان، هیئت موسس مرکز اقدام به راه اندازی کلینیک توانبخشی کودکان زیر 15 سال با ظرفیت 100 نفر با شعار پیشگیری و درمان زود هنگام نمود.

انواع بازی هایی که می توان با آن مهارت های حرکتی ظریف را تقویت نمود:



فعالیت هایی ترتیب دهید که به کشش مچ، دست و انگشتان کودک کمک کند و این نوع فعالیت ها را به هنگام اتمام کار (وقتی کارش را زودتر تمام می کند) و یا نیاز به تغییر دارد به کودک ارائه دهید.

- یک توپ قابل انعطاف یا یک توپ کوچک اسکواش در اختیار کودک قرار داده تا بفشارد؛

- پاره کردن کاغذ برای ساختن کلاژ یا خمیر کاغذی؛
- بازی با عروسک های خیمه شب بازی انگشتی
- فشردن اسباب بازی های جیرجیر کننده؛
- نخ کردن مهره ها، وصل کردن لگو و یا حلقه های زنجیر به یکدیگر؛
- برداشتن اشیای کوچک مثل ماکارونی، ریختن آنها داخل ظرف یا فنجان های کوچک؛
- اسفنج یا لباس خیس را بچلانند؛
- استفاده از میخ چوبی و چکش؛
- چیدن فنجان ها روی هم و یا عروسک های روسی؛
- ساختن مار یا توپ با قطعات کوچک خمیر

موسسه خیریه آموزشی توان یابان یزد

یزد - بلوار شهید عاصی زاده

کوچه حسینییه سلسبیل پلاک 238

035-36244735

Www.Tavanyabanyazd.Com

چرا مهارت های حرکتی ظریف مهم هستند؟

توانایی های حرکتی ظریف، اساسی برای مهارت های زیادی است که کودک در سفر کودکی خود به آنها دست می یابد و رشد خواهد داد. برای نوزادان و کودکان کوچک مهارت های حرکتی ظریف آنها تعامل با محیط اطراف است، و در نتیجه یادگیری را تسهیل می کند. در طی فرایند رشدی، مهارت های حرکتی ظریف کودکان پیش نیاز ی ضروری در ایجاد مهارت های اولیه ادبیات، ریاضی و کمک به خود از قبیل لباس پوشیدن و نظافت شخصی مستقل می باشد. هنگامی که کودکان در سال های پیش دبستانی و دبستان هستند، مهارت های حرکتی ظریف آنها به ارتقاء مهارت های ریاضی و ادبیات کمک خواهد کرد، همچنین به مشاقت در فعالیت های پیچیده تر مانند تمرینات هنر و یادگیری، بازی های فکری، فعالیت های ساخت و ساز با استفاده از مکعب و بازی های ساخت و ساز تبلیغاتی، استفاده از کامپیوتر و نواختن آلات موسیقی کمک خواهد کرد. کودکانی که در مهارت های حرکتی ظریف مشکل دارند ممکن است دچار ناامیدی و اعتماد به نفس پایین شوند زیرا قادر به اجرای تکالیف روزمره مانند ترسیم یا قیچی کردن همانند سایر همسالان خود نیستند.

اغلب کودکانی که تکالیف حرکتی ظریف را مشکل می بینند در این تکالیف به دلیل ناامیدی، خستگی و ترس از شکست مشارکت نمی کنند. این اتفاق یک چرخه منفی ایجاد می کند

مهارت های حرکتی ظریف کدام است؟



اصطلاح حرکت ظریف به معنای حرکات عضلات کوچک است. مهارت های حرکتی ظریف شامل استفاده از عضلات کوچک در انگشتان، دست و بازو برای دست ورزی، کنترل و استفاده از وسایل و اشیا می باشد. هماهنگی چشم و دست، که در آن فرد از بینایی برای کنترل حرکات و فعالیت های عضلات کوچک استفاده می کند، نیز از دیگر اجزای مهم رشد مهارت های حرکتی ظریف می باشد.

بطور کلی تمام مهارت های حرکتی با تمرین رشد می کنند، بنابراین هرگاه یک توالی حرکتی خاص را انجام دهیم، مسیر طبیعی (مسیر ارتباطی که بین مغز و عضلات وجود دارد) بارها و بارها تقویت میشود و می توانیم حرکت را بهتر انجام دهیم. همچنین هر چه بیشتر از عضلات استفاده شوند قوی تر میشوند

رشد مهارت های حرکتی ظریف کودکان یکی از پایه های ضروری برای دستیابی به دیگر مهارت های مهم آینده

مهارت حرکتی ظریف در کودکان

کودک الگوهای حرکت کارآمد را از نظر مکانیکی گام به گام کسب می کند. این تغییرات کیفی هستند؛ یعنی کودکان کیفیت حرکات را بهبود می بخشند. این امر انعکاسی است از تمام پیچیدگی های موجود در کودک در حال رشد، مهارت و محیط که شامل فضا و وسایل در دسترس می شود. ایجاد فرصت های مناسب برای تمرین، تعامل فوق را تسهیل میکند. کودکان تنها در نتیجه ی رشد و به طور خودکار الگوهای حرکت ماهرانه را کسب نمیکنند. درمانگران رشد حرکتی کودکان، می توانند فرصت های تمرینی را مهیا کنند.

در طول فرایند رشد حرکتی، در کودکان بهنجار، اطلاعات ادراکی و حرکتی به صورت طبیعی پیوند برقرار میکنند

به اعتقاد برخی متخصصان رشد حرکتی بسیاری از مشکلات یادگیری خاص، نابسامانی هایی است که بر اثر عوامل ژنی، عفونتهای بارداری یا محرومیت های محیطی دوران رشد، در سیستم عصبی ایجاد میشود

برخی مانند گزل و پیائزه معتقدند حرکت و یادگیری حرکتی مبدأ تمام ادراکات و یادگیریهاست و فرایندهای ذهنی عالیت تر، پس از رشد سیستم های حرکتی و ادراکی و برقراری ارتباط میان یادگیری حرکات و ادراک به وجود می آیند.

کاردرمانی

- کودکان cp
- کودکان دارای تشنج
- اختلال یاد گیری
- اختلال رفتاری (اتیسم)
- مشکلات ارتوپدی
- بیماری های ژنتیکی
-

گفتار درمانی

- اختلال زبان و گفتار
- کودکان دارای لکنت
- اختلال یادگیری
- اختلال خواندن و نوشتن
- سندروم داون
- کودکان cp
- ...

فیزیوتراپی

- کودکان cp
- مشکلات ارتوپدی
- بیماری های مختلف عضلانی
- بیماری های ژنتیکی
- ...