

تنمية المهارات الحركية الدقيقة عند الاطفال

هي مجموعة الحركات المعتمدة علي العضلات fine motor skills المهارات الحركية الدقيقة الارادية الصغيرة في اصابع اليدين

ان تدريب الاطفال علي هذه المهارات مشابه للتدريب علي المهارات الاخرى لان المدرب يجب ان يتحلي دائما بالصبر والتفهم حيث ان هذه المهارات لا تتطور في يوم وليلة بل تحتاج الي الوقت والممارسة

هذه بعض الاقتراحات لأنشطة تعمل على تنمية وتطوير العضلات الحركية الدقيقة عند الاطفال

1- القص



: استخدم خط اسود عريض عند قص ما يلي

- قص خط مستقيم -
- قص زوايا قطعة من الورق -
- قص خط طويل منحنى -
- قص خط طويل متعرج -
- قص خط يحتوي علي منحنيات وزوايا -
- قص قطعة من الصلصال باستخدام مقص غير حاد-

2- اللصق



لصق خامات متنوعة بأشكال مختلفة (ورق ملون - خيوط صوف - قطن - ازرار - قطع صغيرة من الأقمشة أو اللباد - خرز - حبوب) وذلك ضمن اطار معين

التلوين -3

يفضل استخدام الرسومات ذات الخطوط السمكية ، ثم اجعل الطفل يتتبع بأصبعه حدود الرسم ومن ثم تلوينه

وبالتدرج يتم زيادة تعقيد الاشكال المقدمة للطفل



مهارات الرعاية الذاتية -4

: وتشمل

فتح وقفل السوسته -

اللضم -

تزرير الازرار -

ربط اشربة الحذاء -

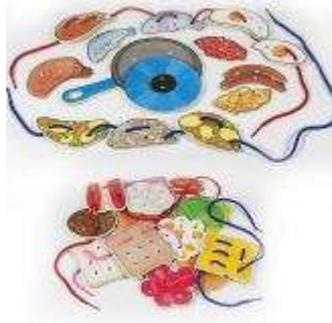
حمل الاشياء -

- استخدام المكنسة -
 - فتح وقفل الباب -
 - فتح وقفل اغطية البرطمانات -
 - غسل الصحون البلاستيكية -
- فرد العجين وغيرها من اعمال الطبخ البسيطة.

هذه بعض المقترحات لالعاب يمكن شراؤها وتساعد على تنمية العضلات الدقيقة عند الاطفال



هذه اللعبة مناسبة للاطفال من عمر سنة وما فوق وهي تعمل على تنمية العضلات الدقيقة والتآزر البصري الحركي



هذه اللعبة مناسبة للاطفال من عمر ثلاث سنوات وما فوق ، وهي تساعد على تنمية العضلات الدقيقة ومهارات حل المشكلات



هذه اللعبة مناسبة للاطفال من عمر ثلاث سنوات وما فوق ، وهي بالاضافة الي انها تنمي العضلات الدقيقة فانها ايضا تعتبر مثالية لاستخدامها في التصنيف والعد والتسلسل



هذه اللعبة مناسبة للاطفال من عمر ثلاث سنون ومافوق ، وهي مثالية للتدريب علي التصنيف والفرز والعد بالاضافة الي تنمية المهارات الحركية الدقيقة



هذه اللعبة مناسبة للاطفال من عمر سنتين وما فوق ، وهي تعمل علي تطوير مهارات الاطفال في حل المشكلات والتأزر البصري الحركي والتتبع البصري والتفكير المنطقي

يجب تشجيع الطفل علي تطوير هذه المهارات يوميا وذلك خلال ارتداء الملابس ، ...ختاماً
الاستحمام ، المساعدة في اعمال المنزل البسيطة