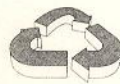


نحن أيضاً نلعب ونتحرك



أفكار ورسوم لمساعدة الطفل المعوق والطفل الصغير على اللعب والتحرك



ورشة الموارد العربية

المؤلفة :

تعمل صوفي ليفيت في حقل العلاج الطبيعي ، وقد اكتسبت خبرة عميقة في رعاية الأطفال المعوقين في افريقيا والهند وصقلية وقبرص . وقد أسست في عام ١٩٦٠ أول عيادة للأطفال المصابين بالشلل الدماغي في زيمبابوي . وهي اليوم محاضرة ومستشارة في معهد صحة الطفل في جامعة لندن ، وتعمل مع منظمة الصحة العالمية والعديد من الهيئات المعنية بالأطفال المعوقين بالبلدان النامية . وقد وضعت ٢ كتب عن الأطفال المعوقين والكثير من المقالات .

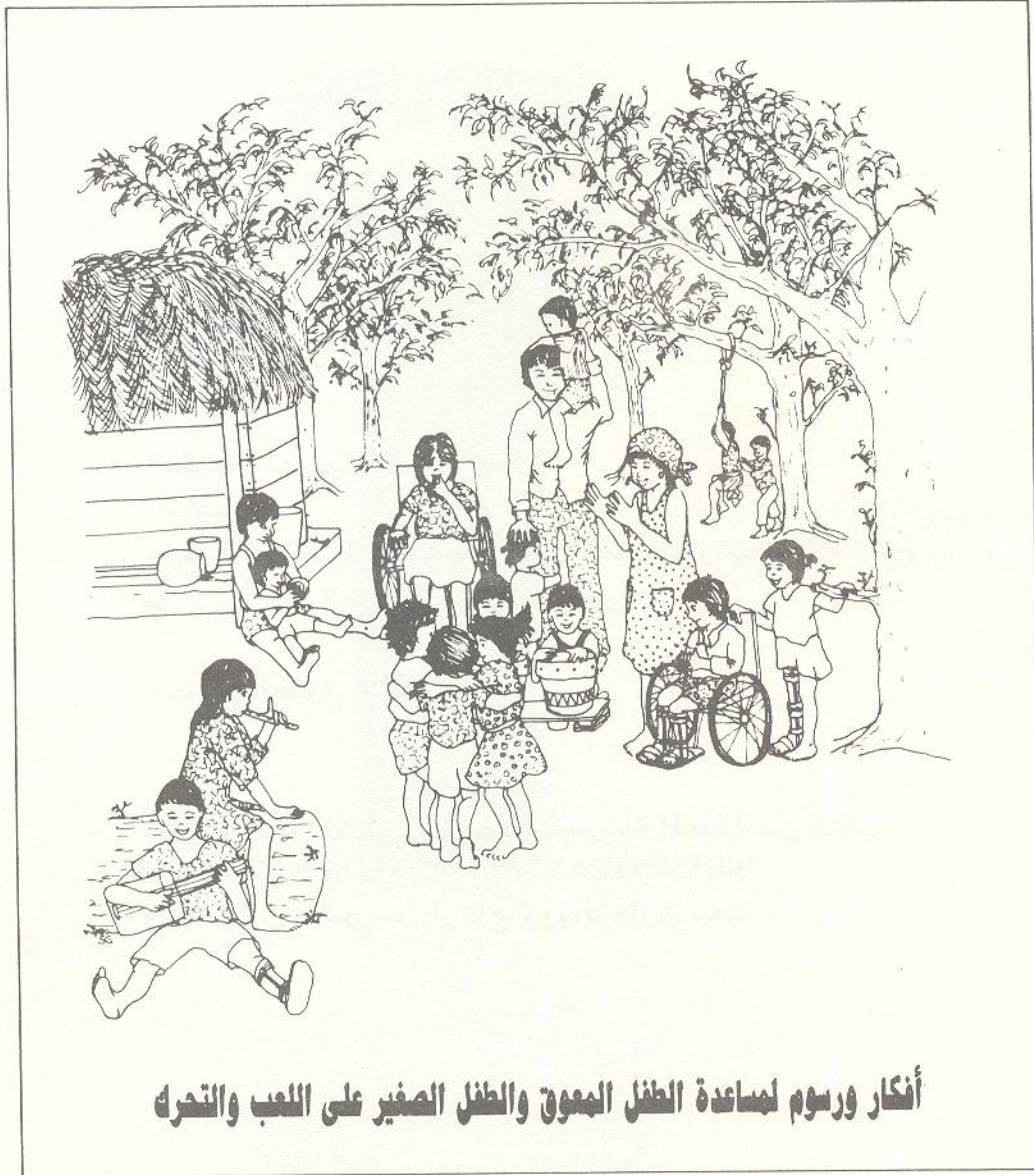
شكر وتقدير

الطبعة الانكليزية : قدم العديد من الأشخاص من وقتهم وخبرتهم في مراجعة وتعديل المسودات الأولى من هذا الكتاب . ونخص بالذكر المستشارة في العلاج الطبيعي السيدة ساره كوك وطلاب دورة ٨٦ - ١٩٨٧ في برنامج CBR الخاص بالبلدان النامية بمعهد صحة الطفل - جامعة لندن .

الطبعة العربية : ساهم كثير من الأشخاص في تقويم فكرة نشر هذا الكتاب باللغة العربية ، وفي فحص مضمونه ومدى صلاحيته في ظروفنا نحن . ونود أن نسجل شكراً خاصاً للدكتورة آمال عبد الهادي (مصر) على مبادرتها ودعمها الحاسم ، وللسيدة روبرتا كونتين على ملاحظاتها القيمة المستمدة من خبرتها العملية في رعاية المعوقين في اليمن ، كما نسجل تقديراً خاصاً للدكتورة فتحية السعودي (الأردن) والسيدة لينا أبو حبيب والدكتور غسان عيسى والسيدة بدرية الأسطه والسيد حسن البساط والسيدة نهلا غندور (لبنان) ، والقائمين على مشروع غدارف و "تشيشاير هوم" (السودان) على مشاركتهم في مناقشة النصوص والتعديلات المقترحة . ولقد تعاونت المؤلفة والسيدة آن دارنبورو (أرتاج) مع الورشة في مناقشة وغريلة الأفكار والاقتراحات التي تجمعت في أثناء عملية المراجعة الجماعية الخاصة بالطبعة العربية ، فاستحققتا كل شكر وثناء . وأخيراً لا بد من التنويه بالجهود التي بذلها السيد بيتر كولريدج (اوكسفام) في دعم هذا المشروع وتسهيل جانب مهم من الاتصال مع المراجعين .

تمت ترجمة هذا الكتاب وطباعته بفضل منحة من مؤسسة اوكسفام OXFAM الخيرية البريطانية .

نحن أيضاً نلعب ونتحرك



أفكار ورسوم لمساعدة الطفل المعوق والطفل الصغير على اللعب والتحرك

الطبعة العربية:

الترجمة : د. أمال عبد الهادي
التحرير والاشراف : غانم بيبي
التنسيق والتقديم : مايكل سكوت
تعديل الرسوم : عدنان الشريف

الطبعة الانكليزية :

اعداد : صوفي ليفيت
الرسوم : شونا جرانت
التنفيذ : ديورا بيركت

الطبعة العربية الأولى ، ١٩٩٠
الناشر :
ورشة الموارد العربية (لرعاية الصحية وتنمية المجتمع)
ص . ب . ٧٠٤٧ ، نيقوسيا - قبرص

-جميع الحقوق محفوظة-

يحتوي هذا الكتاب الترجمة العربية المعدلة من كتاب :
WE CAN PLAY AND MOVE, by Sophie Levitt
وذلك باذن خاص من أرتاج ، وبالتعاون معها .

المحتويات

٥	تقديم الطبعة العربية
٨	لماذا هذا الكتاب؟
١٠	كيف تستعمل هذا الكتاب؟
١٣	ما هي الأشياء التي يمكن أن تجدها للعب بها؟
٢١	اللعب مع الطفل وهو على بطنه
٣٣	اللعب مع الطفل وهو على ظهره
٣٧	اللعب مع الطفل في وضع الجلوس
٥٣	اللعب مع الطفل في وضع الوقوف
٥٩	مزيد من الألعاب لاستعمال اليدين

أرتاج AHRTAG

نشرت أصل هذا الكتاب مجموعة أرتاج في لندن ، وهي مركز خيرى للموارد متخصص في ترويج وانتاج التقنيات التي تدعم الرعاية الصحية الأولية، وذلك من خلال تأمين المعلومات وموارد ودورات التدريب ، وتصميم الأجهزة البسيطة ، واصدار الكتب والنشرات .

وتشمل مجالات اهتمامها بشكل خاص :

- منع الاعاقة واعادة تأهيل المعوقين
- أمراض الإسهال
- صحة الفم والأسنان
- تعبئة الأدوية الأساسية تعبئة غير مكلفة
- أمراض الجهاز التنفسي الخطرة
- مرض الأيدز

وتصدر عن أرتاج ٣ مرات في السنة نشرة باسم CBR News ، وهي تركز على تقديم تقنيات وأجهزة وطرق للوقاية من الاعاقة ولاعادة تأهيل المعوقين . يمكن الحصول على هذه النشرة مجاناً من أرتاج على العنوان التالي:

AHRTAG

London Bridge Street

London SE 1 9 SG

United Kingdom:

Tel: 441-378 1403

Fax:441-403 6003

وتشمل منشورات أرتاج في هذا المجال الكتب التالية (بالانكليزية):

PERSONAL TRANSPORT FOR DISABLED PEOPLE

وفيه أفكار من مختلف أنحاء العالم لصنع أدوات تساعد على الحركة تشمل الكراسي المتحركة والدراجات والعربات التي يمكن انتاجها محلياً .

ALTERNATIVE LIMBMAKING

وهو دليل لصنع وتركيب الأطراف تحت الركبة بطرق غير مكلفة .

تقديم الطبعة العربية

هذا الكتاب ليس دليلاً للعلاج بل هو أداة للمساعدة على اللعب والتحرك . ويمكن أن يستعمله العاملون في رعاية الأطفال المعوقين ، وأهل الطفل المعوق ، والعامل الصحي ، والمدرس ، وحتى الأطفال الكبار - المعوقون منهم وغير المعوقين .

وترى المؤلفة أن جميع الأطفال المعوقين تقريباً يمكنهم أن يستفيدوا من هذا الكتاب على اختلاف حالاتهم والتفاوت في أنواع الإعاقة ودرجاتها . ومع ان المؤلفة توصي بالاستعانة بشخص مؤهل واستشارته (اذا وجد مثل هذا الشخص أو كان من الممكن استشارته) ، فأنها ترى ان أفراد العائلة قادرون بدون ذلك على اللعب مع الطفل المعوق بأنفسهم ، وعلى مساعدته على اللعب والتحرك .

هذا الرأي هو حصيلة خبرة سنوات من عمل أشخاص كثيرين في مجال رعاية المعوقين في أنحاء مختلفة من العالم .

اللعب والنمو

ان الغرض من هذا الكتاب هو تقديم بعض الأفكار الأساسية لعائلة الطفل المعوق ، أفكار تساعد على اكتشاف طرق آمنة وممتعة للعب مع أطفالهم : من أجل متعة اللعب ، أولاً ، ولتطوير قدرات الطفل الجسدية والعقلية ، ثانياً . وعلى رغم أن المؤلفة تشرح هذه النقاط في فصل "كيف تستعمل هذا الكتاب" فان تأكيدنا عليها هنا يرجع الى أن عدداً من الذين شاركوا في مراجعة مسودة الطبعة العربية هذه أوصوا بإضافة تفاصيل تتعلق بإعاقات محددة وبذكر الفوائد المرجوة من الحركات والوضعيات . واقترحوا "وصفاً مفصلاً" لحركات معينة لاستخدامها في حالات محددة . غير أن الرأي الذي خرجنا به بعد التداول مع المراجعين ومع المؤلفة يقول بأن مثل هذه الإضافات قد تؤثر على الفكرة الأساسية من وراء اعداد الكتاب وتخرجه عن اطاره المرسوم .

ولا يقلل هذا الرأي في أي شكل من الأشكال من أهمية الاقتراحات والتعديلات التفصيلية التي تجمعت لدينا ، بل هي تعكس حاجات فعلية ملموسة لدى العاملين في هذا الميدان في بلادنا . انها تعبير عن أهمية وضرورة وجود معلومات ونصوص تطبيقية عربية لمساعدة العاملين على رعاية الأطفال المعوقين .

لقد أظهرت عملية مراجعة هذا الكتاب النقص الكبير في مثل هذه النصوص . كما أظهرت أن الموجود منها لا يخاطب بشكل خاص أهل الطفل المعوق ومجتمعه المباشر ، ولا يلبي حاجتهم . لذلك فقد أولت "ورشة الموارد العربية" هذا الجانب اهتماماً خاصاً فاحتل حيزاً بارزاً في برنامجها .

من بين المشاريع التي نعمل على انجازها الآن نودّ أن نخص بالذكر كتاب "رعاية الطفل المعوق" "Disabled Village Children" لمؤلفه ديفيد ورنر ، وهو دليل عمل واسع موجه الى العاملين في الرعاية الصحية وفي رعاية المعوقين وتأهيلهم ، والى عائلة الطفل المعوق . وتخضع مسودة الترجمة العربية الكاملة لمراجعة جماعية وميدانية واسعة في عدد من البلدان العربية لاختبارها وتكييفها وظروفنا واحتياجاتنا المحلية . ونحن نأمل أن تكون الطبعة العربية جاهزة في مطلع العام القادم .

في هذه الأثناء يسرّنا أن نخطو خطواتنا الأولى في مجال موارد الاعاقة فنقدم هذه الطبعة العربية من كتاب "We Can Play and Move" . كما ننشر طبعة عربية من كتاب توأم هو: "أدوات بسيطة لمساعدة المعوقين" "Simple Aids for Daily Living" . اننا نأمل أن يكون هذان الكتابان مصدر دعم ، وحافزاً على اكتشاف وابتكار أفكار وطرق وأدوات مساعدة جديدة غير مذكورة فيهما ، وقد تكون أفضل وأكثر ملاءمة .

لقد استخلصنا النقاط المذكورة في هذا التقديم من المناقشات التي أثارتها مسودة ترجمة هذا الكتاب في عدد من البلدان العربية . وليس الغرض من هذا التقديم أن يكون بديلاً من المقدمة التي وضعتها المؤلفة (لماذا هذا الكتاب؟) ولا من الفصل الخاص بكيف تستعمل هذا الكتاب . بل نرى أن من المهم قراءة هذين الفصلين بعناية قبل استعماله .

في أثناء تحضير الطبعة العربية عملنا على جمع أفكار وردود فعل أشخاص يعملون في رعاية الأطفال المعوقين في البلدان العربية . ونحن نأمل أن تستمر هذه العملية فننتقي من أولئك الذين سيستخدمون هذا الكتاب اقتراحاتهم الكفيلة بتحسين طبعته القادمة .

وقد تطورون أفكاراً جديدة لا يذكرها هذا الكتاب وطرقاً أخرى تساعد على التحرك واللعب . ونحن نرغب في أن نتعلمها ، ونعممها .

وأخيراً ، نود أن نختم هذا التقديم بسطور اقتبسناها من رسالة زميلة تعمل في مجال رعاية الأطفال المعوقين وتدريب المرشدين في بلد عربي:

"بلى ، نحن أيضاً نستطيع أن نلعب ونتحرك ... جميع الأطفال يستمتعون باللعب ، المعوقون منهم وغير المعوقين . فمن خلال اللعب يتطور جميع الأطفال ويتعلمون التعبير عن أنفسهم ومخاطبة الآخرين والاتصال بهم ، كما يتعلمون التعاطي مع الناس والأشياء في محيطهم .

ان الطفل غير المعوق يتمتع منذ ولادته بمهارات أساسية ، كتحريك الذراعين والساقين ورفع الرأس . وانطلاقاً من هذه المهارات يكتسب الطفل مهارات أعظم في أثناء نموه . فهو يتعلم كيف يتكئ على مرفقيه ، وكيف يمسك بالأشياء ، وكيف يقعد ويزحف ويقف ويمشي ... وكل ذلك نتيجة رغبته في التعرف على العالم من حوله . وتخبره حواسه عن أشياء جديدة فينظر إليها ، ويستمتع إليها ، ويلمسها ، ويتذوقها .

والطفل المعوق يريد هو أيضاً أن يعرف العالم المحيط به ، لكنه يحتاج الى وقت أطول والى مساعدة بسبب اعاقته . فمثلاً : الطفل المعوق جسدياً لا يستطيع أن يتعرف الى محيطه بسهولة لأن عضلاته تكون إما متيبسة أكثر من اللازم أو ضعيفة أكثر من اللازم .. فلا يتمكن من أن يرفع رأسه أو أن يستعمل عضلات بطنه أو ظهره لكي يقعد .. ولا يستطيع أن يقرب شيئاً الى فمه لأن ذراعيه متيبستان .. لذلك فهو يحتاج الى المساعدة والى وقت أطول . ان تشجيعه على اللعب واللهو واستعمال حواسه يساعده على تحسين بعض المهارات البدنية الأساسية وعلى تعلّم الكثير عن محيطه وعالمه .

وقد لا يتعلم الطفل المعوق بسرعة الطفل غير المعوق . ولكن ، وعلى وجه التأكيد ، فان اللعب يساعده على التعلّم بسرعة أكبر . فهل نلعب؟

م . س .

ورشة الموارد العربية

نيقوسيا ، ديسمبر ١٩٨٩

لماذا هذا الكتاب ؟

الهدف

يهدف هذا الكتاب الى تعليم الأطفال المعوقين كيف يتحركون ، وذلك من خلال اللعب مع الآخرين ، وخصوصاً مع الأطفال الآخرين . وهو يساعد الأطفال الكبار على اللعب مع الأطفال الصغار ورعايتهم .

أهمية الحركات التي يمكن تعلّمها من اللعب

يعرض الكتاب بالصور تلك الحركات الأساسية التي يحتاج اليها الطفل في رعاية نفسه وفي حياته اليومية عموماً . فاللعب ، مثلاً ، يحفز وينمي القدرات التالية :

- استخدام اليدين
- المحافظة على توازن وثبات الرأس
- الجلوس
- الزحف والركوع
- المشي والتحرك من مكان الى آخر

من يستطيع استعمال هذا الكتاب ؟

العاملون في مجال تأهيل المعوقين ، والعاملون في الرعاية الصحية ، والمرشدون الصحيون ، والمعلمون ، والعاملون في رعاية الشباب ، والآباء والأمهات ... جميعهم يستطيع استخدام هذا الكتاب لمساعدة كل الأطفال على اللعب ، بعضهم مع بعض .

والرسوم معروضة بطريقة تمكن الأطفال الأكبر سناً من استخدام الكتاب بقليل من التوجيه والمعاونة ، سواء كانوا معوقين أم غير معوقين .

حاول أن تستشير اخصائياً ، ان استطعت

قد يكون حولك أشخاص لديهم دراية بالتعاطي مع الأطفال المعوقين . وربما كان بينهم متخصصون في العلاج الطبيعي أو التأهيل الوظيفي أو تعليم النطق ، أو مدرسون مؤهلون في تعليم الحالات الخاصة ، أو ممرضات وممرضون ، أو عاملون نفسانيون ،

أو آباء وأمهات ... تأكد من خبرتهم في مجال التنمية التعليمية والعلاجية للأطفال ، واستشرهم . ان مشورتهم يمكن أن تكون ذات فائدة كبرى .

ماذا يعطيك هذا الكتاب ؟

انه يقدم ألعاباً وأنشطة تساعد الطفل على اللعب والتوازن .

- مستويات متدرجة: لقد جرى تقسيم الأنشطة الى ٤ مستويات متدرجة ، تبدأ بالمستوى الأولي والأسهل وتنتهي بالمتقدم والأصعب . انها الطريقة التي تساعد الطفل الصغير والطفل المعوق على تعلم هذه الأنشطة .

- من يلعب مع من؟ : لقد تم اختيار الأنشطة بحيث يستطيع الطفل المعوق أن يستعملها في اللعب مع أطفال معوقين آخرين أو مع أطفال غير معوقين . كما يستطيع الطفل الأكبر أن يستعملها مع الطفل الأصغر .

ما لا يعطيك اياه هذا الكتاب

ان هذه الأنشطة لا تجعل الطفل المعوق صحيح الجسم معافاً ، لكنه يتعلم من خلالها أن يعمل أشياء كثيرة يقدر عليها الطفل غير المعوق . ولا يقدم هذا الكتاب جميع الأفكار الممكنة ، لكنه يظهر تلك الحركات والأوضاع المهمة لكل طفل ينمو . انه يساعد على استلهاهم مزيد من الأفكار الملائمة لمعاونة الأطفال حسب ظروفهم الخاصة .

هذا الكتاب يستطيع أن يعين جميع الأطفال المعوقين تقريباً .

تعود صعوبات التحرك الي اعاقات بدنية مختلفة أو الي فقدان البصر ، أو الي اعاقات عقلية ، أو الي اجتماع جملة من الاعاقات في وقت واحد وفي شخص واحد . ويعاني ضعفاً في القدرة على الحركة أيضاً الأطفال الصغار الذين يصيبهم سوء تغذية أو مرض شديد ، وكذلك الأطفال الذين لا نثير فيهم حب اللعب . لذلك ، تم اختيار الألعاب بحيث يستطيع مختلف هؤلاء الأطفال أن يلعبوا معاً .

كيف تستعمل هذا الكتاب؟

اللعب والتحرك

حين تلعب تكون في حاجة الى القدرة على الحركة والتوازن . وحين تساعد الطفل الصغير على اللعب فاننا بذلك نساعد على تعلم الحركات .

ان الطفل المعوق هو الطفل الذي لا يستطيع أن يتحرك مثل الأطفال الآخرين في عمره . ونحن نستطيع أن نساعد الطفل المعوق على التحرك من خلال اللعب .

وسواء كنا نساعد طفلاً صغيراً أم طفلاً معوقاً ، فاننا نبدأ بالحركات الأسهل نفسها وبالتوازن الأسهل ، ثم نتدرج عبر المستويات المختلفة : من الأسهل الى الأصعب .

الفروق بين الأطفال : يستطيع الطفل الصغير غير المعوق ، مع مرور الوقت ، أن يقوم بجميع الحركات في حين أن الطفل المعوق لا يقوم إلا بالحركات التي يقدر عليها .

ويلزم الطفل الصغير غير المعوق وقت معين كي يتعلم الحركات . أما الطفل المعوق فيلزمه وقت أطول لتعلم الحركات ذاتها ، أو لتعلم الحركات التي في مقدوره أن يتعلمها .

وقد يبدو شكل الطفل المعوق مختلفاً ، لكن هذا لا يعني أنه عاجز ، بل هو يستطيع أن يتعلم أداء حركات كثيرة ، وأن يلعب معك .

متعة للجميع

عندما نلعب مع الأطفال الصغار ومع الأطفال المعوقين :

- نستمتع نحن باللعب .
- يعطينا الأطفال الصغار والأطفال المعوقون أفكاراً جديدة .
- يحدث ذلك عندما يغمرهم الفرح وتزداد ثقتهم في قدراتهم ، ويكون دافعهم هو الرغبة في اللعب معنا .
- يسعدنا أن نفرحهم وأن نزيل عنهم الشعور بالوحدة .
- نستمتع بمساعدتهم على عمل أشياء لم يعملوها من قبل قط .

كيف نبدأ؟

ابدئي مع الطفل في وضع معين . هذا الوضع يمكن أن يكون :

- وهو على بطنه .
- وهو على ظهره .
- وهو جالس .
- وهو واقف .

انظري الرسوم الخاصة بالوضع الذي اخترت .

ثم انتقلي الى اكتشاف قدرات الطفل : نبدأ بالمستويات الأسهل (١ أو ٢) ثم المستويات الأصعب (٣ أو ٤) .

سيكون بإمكانك أن تكتشفي ، أنت والطفل ، كل الطرق التي تمكنه أن يتحرك ويحافظ على توازنه في ذلك الوضع .

والآن كرري الشيء ذاته بالنسبة لكل وضع من الأوضاع الأخرى .

احرصي على استخدام أنشطة اللعب في كل وضع ، واجعلي الطفل يلعب في أوضاع مختلفة حتى لا يعلق بوضع وحيد .

ابدئي باللعبة التي يحبها الطفل ، ثم ساعديه بطريقة ودية على أن يستمتع بأنشطة أخرى من اللعب .

الى أي مدى علينا أن نساعد الطفل ؟

علينا أن نترك الطفل يفعل أقصى ما يستطيع لوحده ، من دون مساعدة .

امسكي الطفل وساعديه في المراحل الأصعب .

إذا كان الوضع جديداً على الطفل فامسكيه بعض الوقت حتى يعتاده . المهم أن تتأكدي من أنه مرتاح وسعيد .

ينبغي اعطاء الطفل الوقت الكافي لأداء ذلك النشاط . وقد يتمكن الطفل من أداء النشاط بنفسه ولوحده إذا أنت أمهلته وصبرت عليه بعض الشيء . ان نجاحه يقلل من خوفه .

لا تجبري الطفل على استعمال أي جزء من جسمه الى درجة الألم .

كيف نتابع عملنا؟

بعد مرور أيام من اللعب ، يكون الطفل قد أصبح مستعداً لتجربة مراحل أصعب .

استمري معه في تلك المراحل ، ولكن حاولي دائماً ادخال مراحل أكثر صعوبة .

بمرور الوقت تقل حاجة الطفل الى المساعدة ويقصر الوقت اللازم لأداء نشاط ما ، كما يقل خوفه وتزداد ثقته في نفسه .

والآن ، فلنجرب أفكاراً جديدة .

جربي أفكاراً أخرى غير المذكورة في هذا الكتاب . لا بد أن أشياء أخرى ستخطر في بالك أنت والطفل .

جربي مزيداً من الطرق للعب ، من خلال :

- النظر والاستماع .
- الشم واللمس .
- الكلام والغناء .
- عزف الموسيقى .

جربي أيضاً طرقاً أخرى للتحرك :

- لاحظي في أثناء اللعب إن كان الطفل يستطيع أن يتحرك (أو يتجه ، أو يمد يده) في اتجاهات أخرى غير الاتجاه الموضح في الرسم . يمكنك أن تفعلي ذلك وهو في جميع الأوضاع .

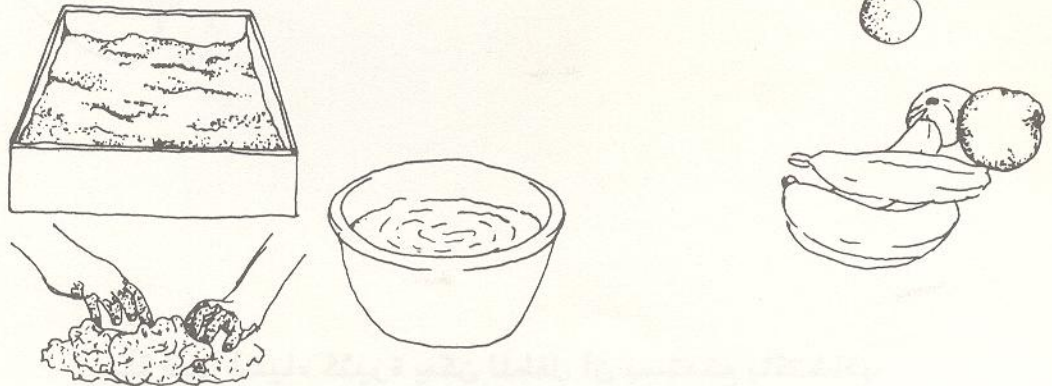
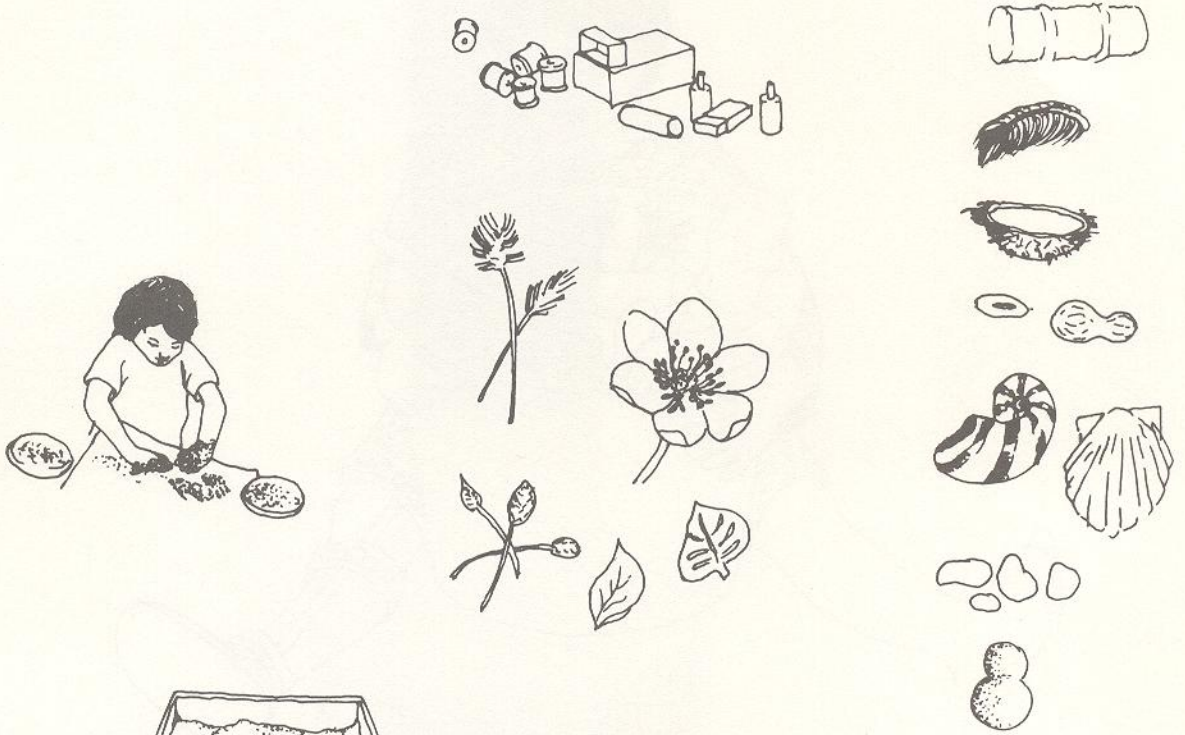
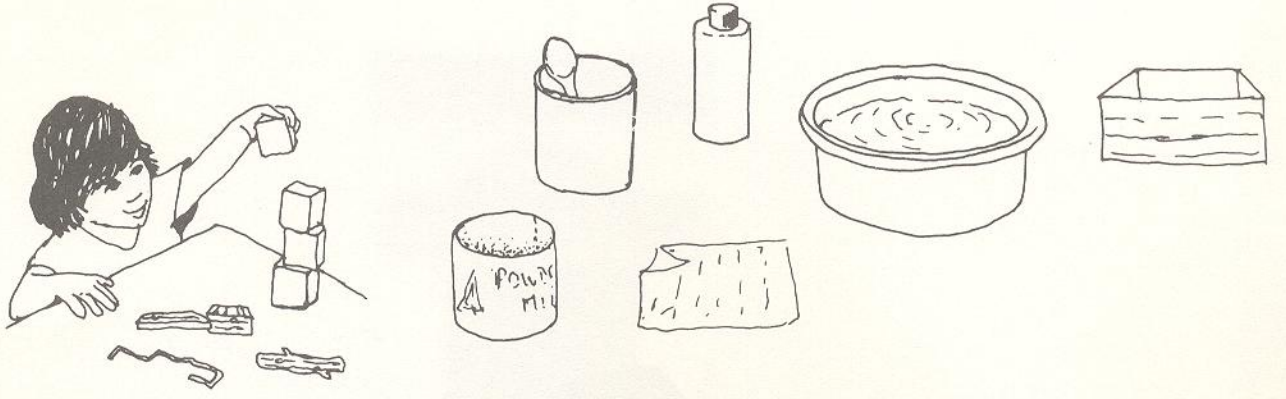
- مثلاً : يمكن ركل أو رمي الأشياء في مختلف الأوضاع وليس في وضع الوقوف فقط . جربي ذلك والطفل راكع وجسمه منتصب ، أو وهو قاعد (ولو على كرسي متحرك) ، أو وهو متمدد .

حاولي أن تكتشفي طرقاً فيها ألعاب جري أو قفز أو وثب على قدم واحدة لكي يلعبها الطفل عندما يصبح جاهزاً لذلك .

ويبقى علينا أن نتذكر :

- أن نلعب في جميع الأوضاع
- أن نستخدم ما يستمتع به الطفل
- أن نصبر على الطفل ونعطيه الوقت الكافي
- إذا أصبح في مقدور الطفل أن يتدبر ويطبق المستويات الأسهل، فإننا نجرب المستويات الأصعب.

ما هي الأشياء التي يمكن أن تجدها للعب بها؟





سلة فيها أشياء كثيرة يمكن للطفل أن يستمتع باكتشافها.

ملاحظات

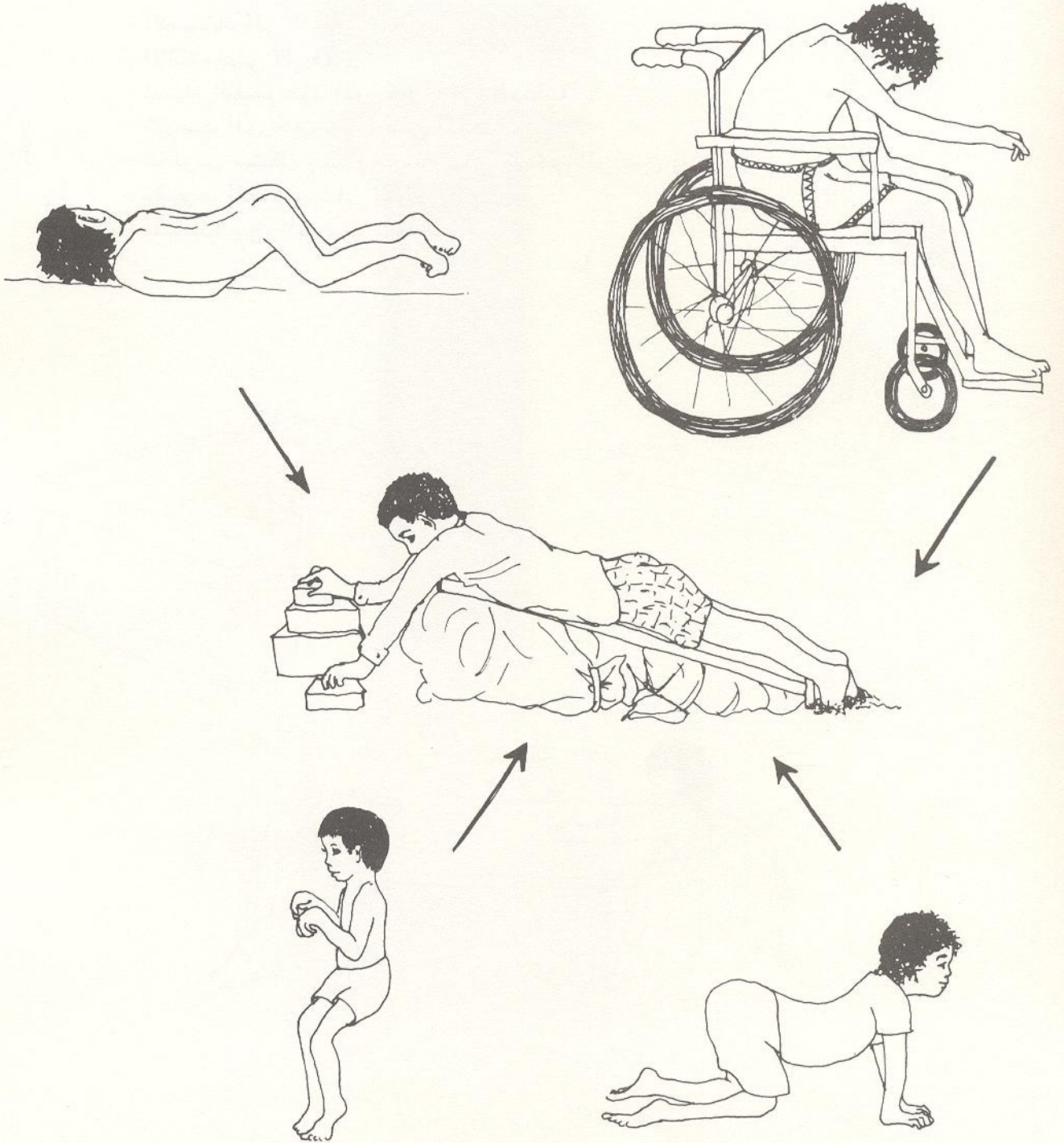
بعض الأمور التي يجب أن نراعيها:

يعاني بعض الأطفال المعوقين فقدان الاحساس بالضغط أو السخونة أو الألم . لا يجوز أن يمنعك ذلك من اللعب معهم . ولكن عليك أن تتأكد من توفير وسادة ، أو غطاء مبطن طري ، لحماية أيديهم وأذرعهم وأرجلهم وأجسامهم . ابعديهم عن مصادر السخونة .

ولنتذكر :

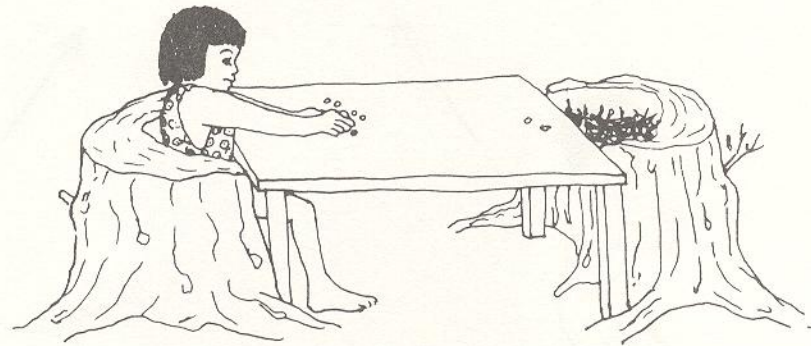
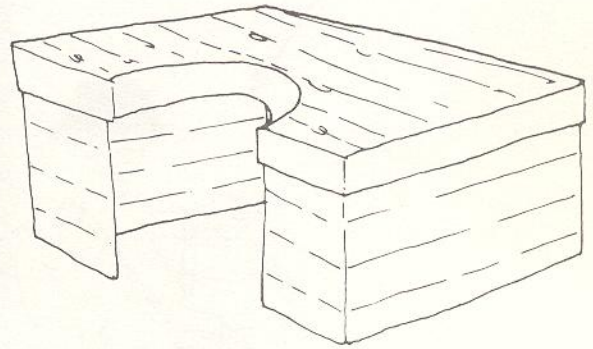
- أن نلعب مع الطفل في جميع الأوضاع
- أن نستخدم ما يستمتع به الطفل
- أن نصبر على الطفل ونعطيه الوقت الكافي
- إذا تمكن الطفل من تدبير وتطبيق المراحل الأسهل،
فاننا نجرب المراحل الأصعب

إذا كان الطفل منحنياً معظم الوقت :
نلعب معه وجسمه في وضع مستقيم .



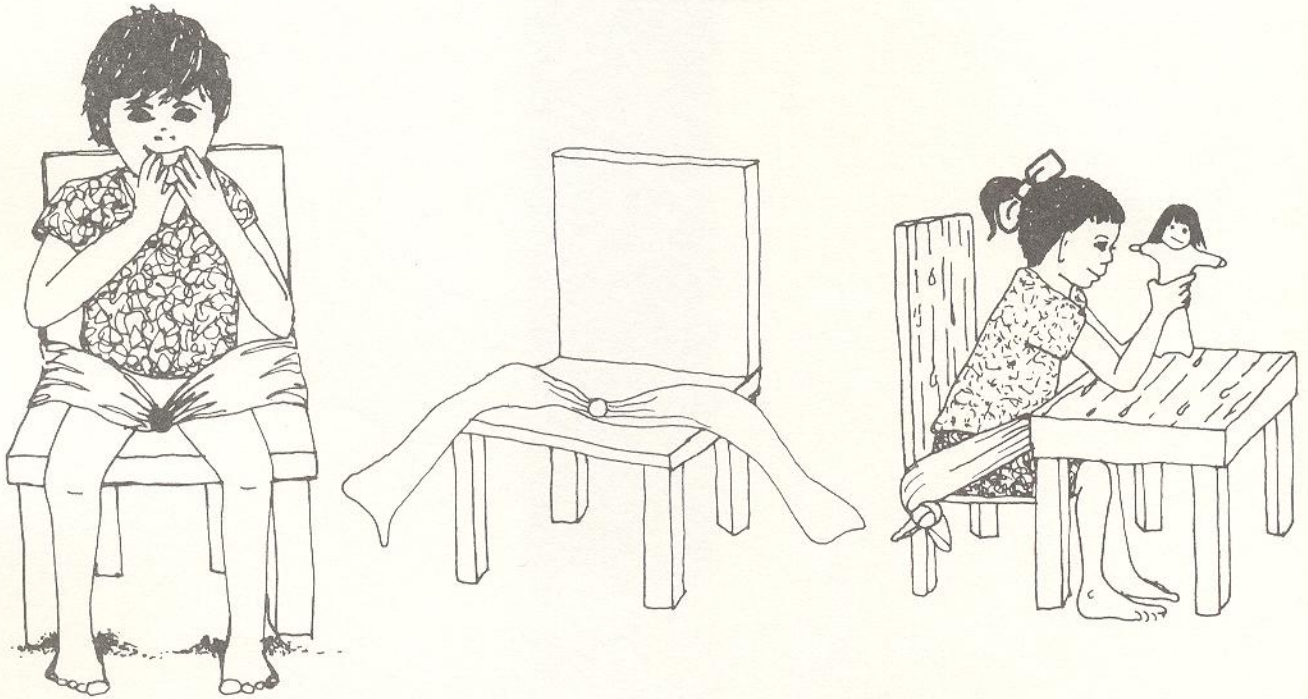
كثير من الأطفال الذين لا يستطيعون الحفاظ على توازنهم وثبات أجسامهم يجدون من الأسهل أن يستخدموا أيديهم في اللعب اذا وفرنا لهم وضعاً يتيح لهم قدراً أكبر من الثبات ، وذلك ممكن من خلال :

- استعمال طاولة متينة
- الاستناد الي الطاولة
- الاتكاء على المرفقين
- احناء الجسم عند الوركين ، في البداية
- تثبيت الوركين جيداً علي المقعد
- الجلوس بشكل جيد ومرتاح على كل من الوركين (العجزيين أو المؤخرة)
- تثبيت القدمين على الأرض
- المباعدة بين القدمين



إذا كان الطفل معرضاً للوقوع من على المقعد ، فإن في الامكان :

- ربطه من وركيه الى الكرسي
- تمرير الرباط فوق الوركين ثم شده نزولاً وربطه .



ملاحظة : ان الجلوس في وضع مستقيم مهم لجميع الأطفال . ولكن يجب أن نتذكر أن نجعل الطفل يلعب في وضع الوقوف ووضع الاستلقاء أيضاً ، وألا نتركه جالساً أطول من اللازم .

ملاحظات

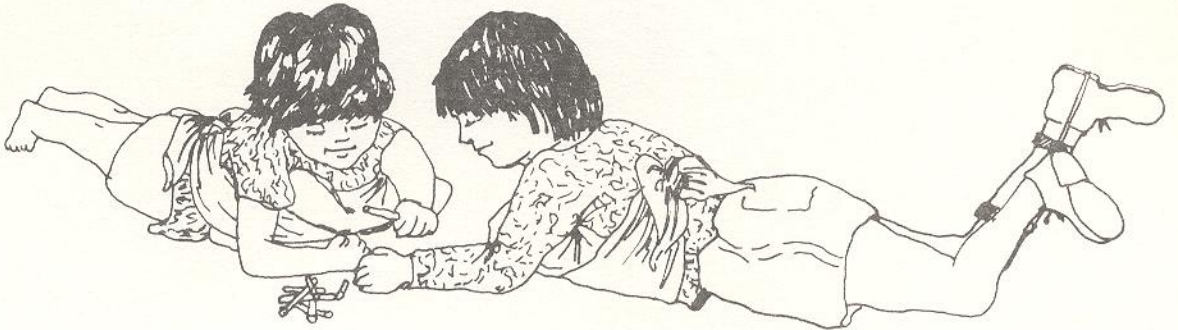
اللعب مع الطفل وهو على بطنه

المراحل : ١-٤

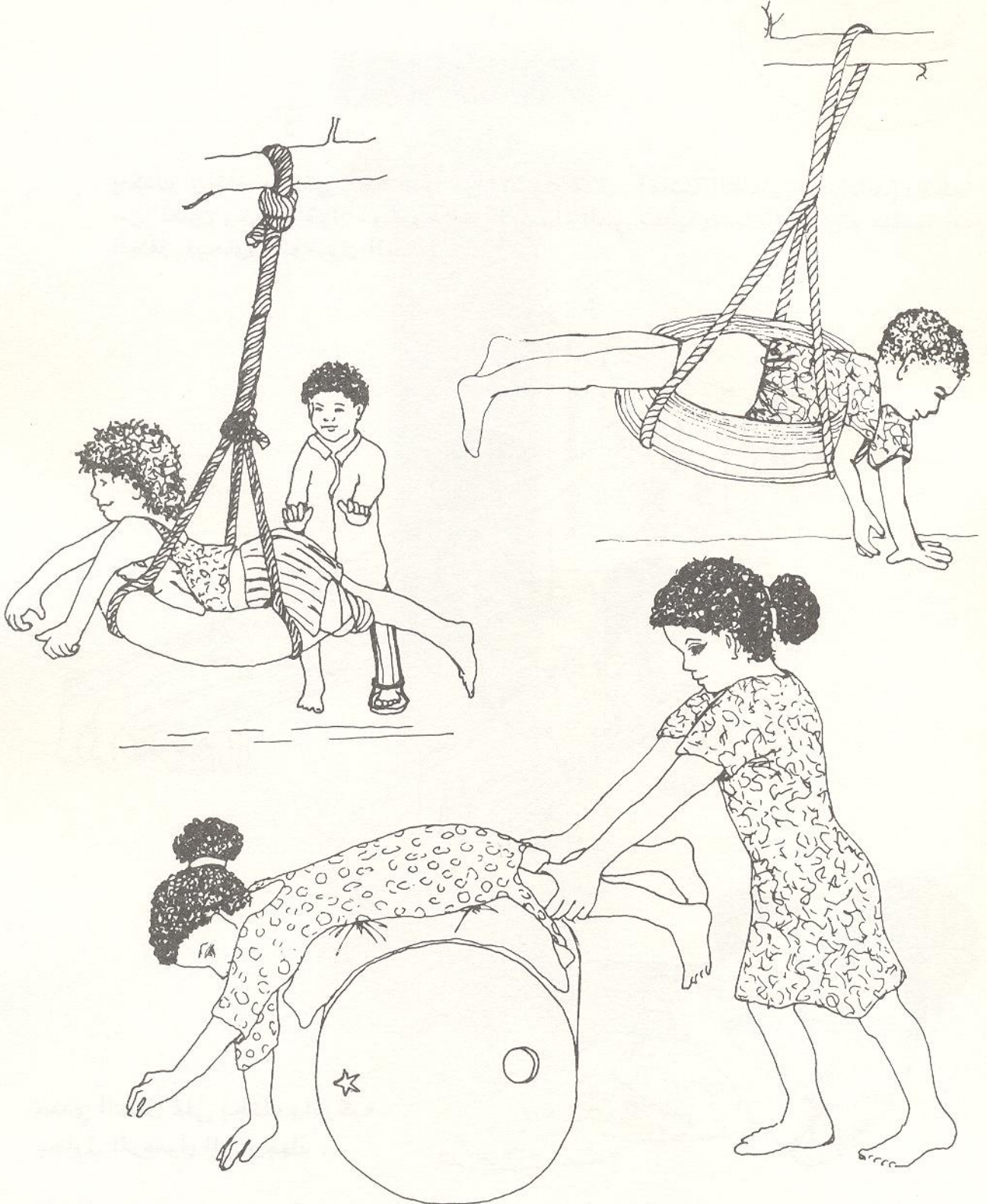
- شجعي الطفل على أن يرفع رأسه
- شجعي الطفل على أن يستند الى مرفقيه
- استعملي وسادة أو أشياء مبطنة عند الضرورة
- استعملي أشياء ملونة وأصوات مختلفة لجعل الطفل يتلفت وينظر في مختلف الاتجاهات



- "احذر رائحة هذا الشيء" !



- مرجحي الطفل .. ولكن على مهل وببطء في البداية .
- اذا كان الطفل خائفاً فامسكي جسمه في البداية .

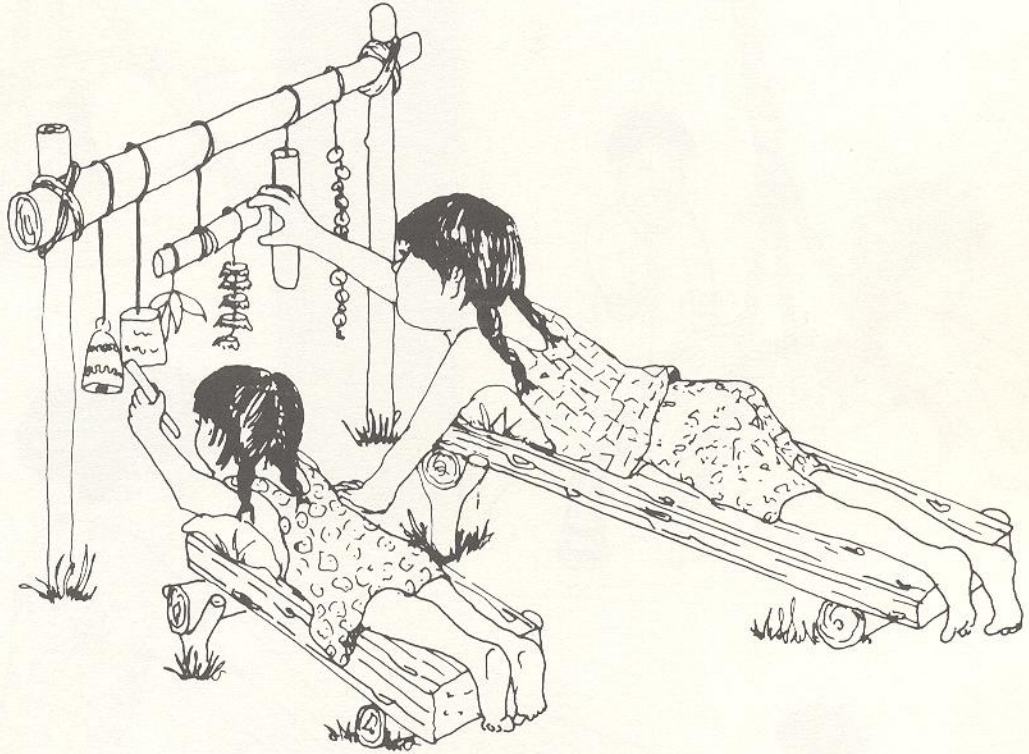


المرحلة الثانية

- تشجيع الطفل على الوصول الى اللعبة .



يمكنك أن تلصقي في خيط عدداً من الأشياء مثل : أغذية القناني (سدادات) وقطعاً من الفلين وحبّات فول ، وغيرها من الأشياء التي تجدينها ملائمة ... ثم علقها أمام الطفل ليحاول الوصول إليها .

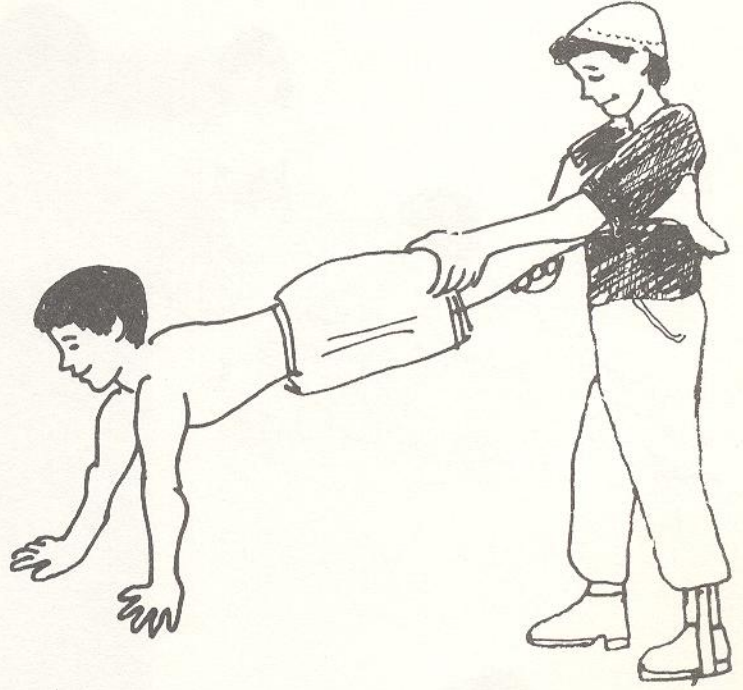


مددي الطفل على بطنك واتركيه يحاول الوصول الى وجهك .



المرحلة الثانية والثالثة

- في البداية نمسك الطفل من وركيه ونرفعه ... ثم نرفعه من ساقيه.



المرحلة الثالثة

- الزحف على البطن



نمسك الطفل من وركيه ...
ثم نهزه برفق من جانب الى آخر .



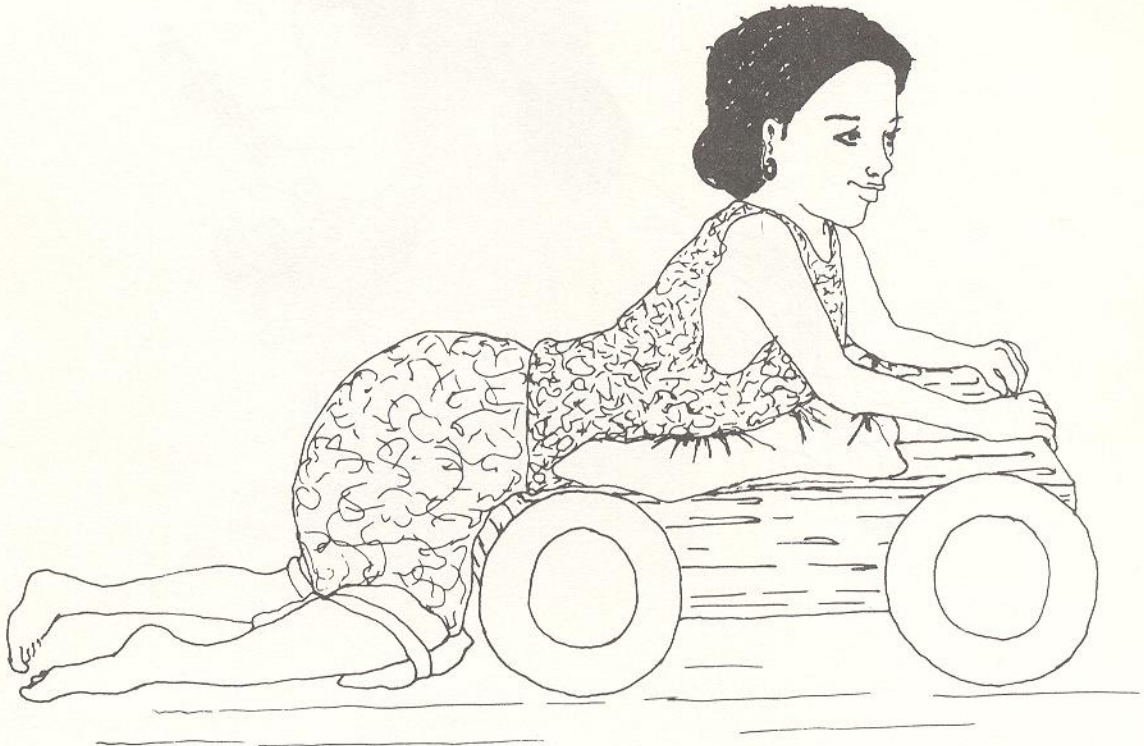
المرحلة الثالثة

- الزحف على اليدين والرجلين



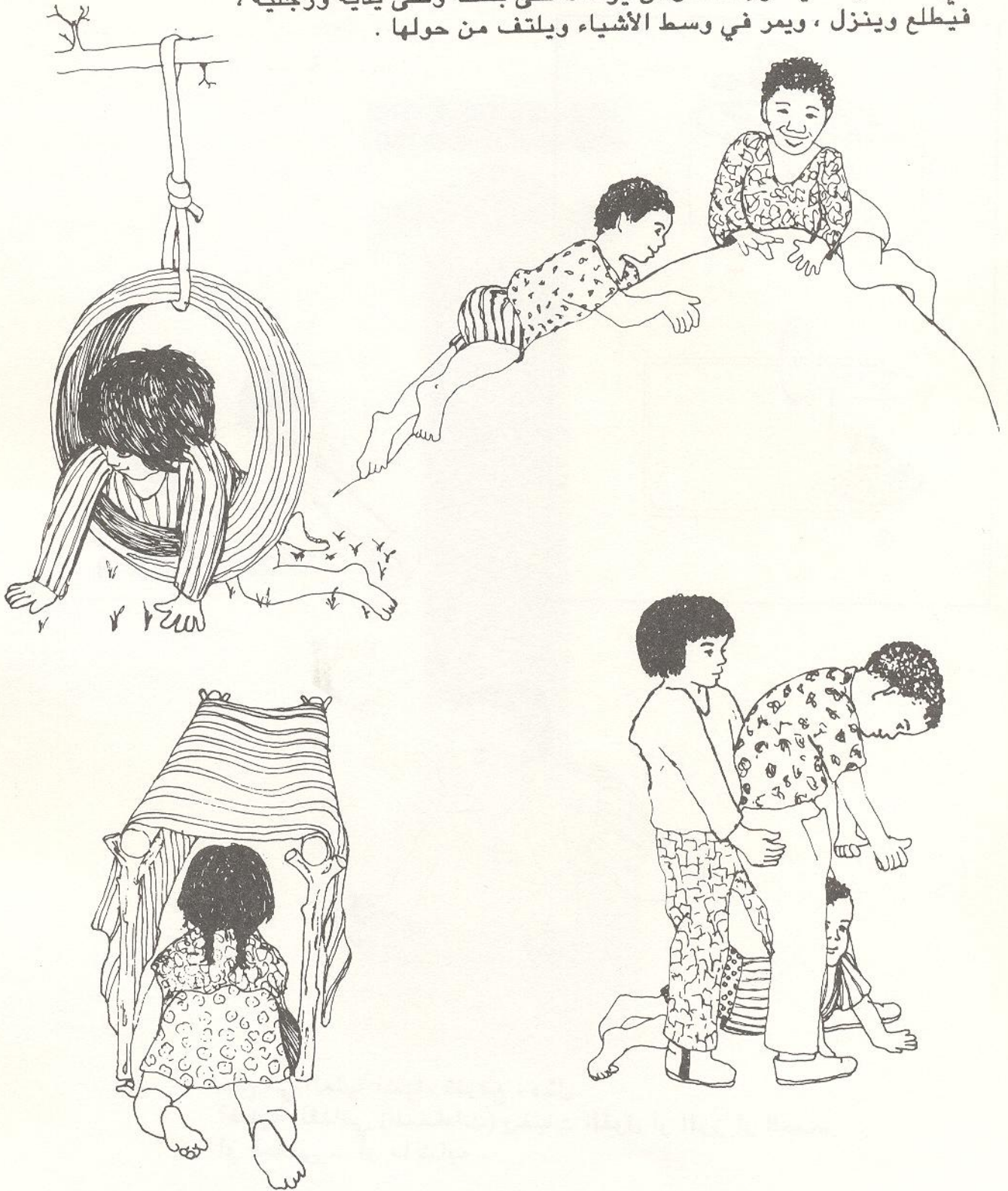
المرحلة الثالثة

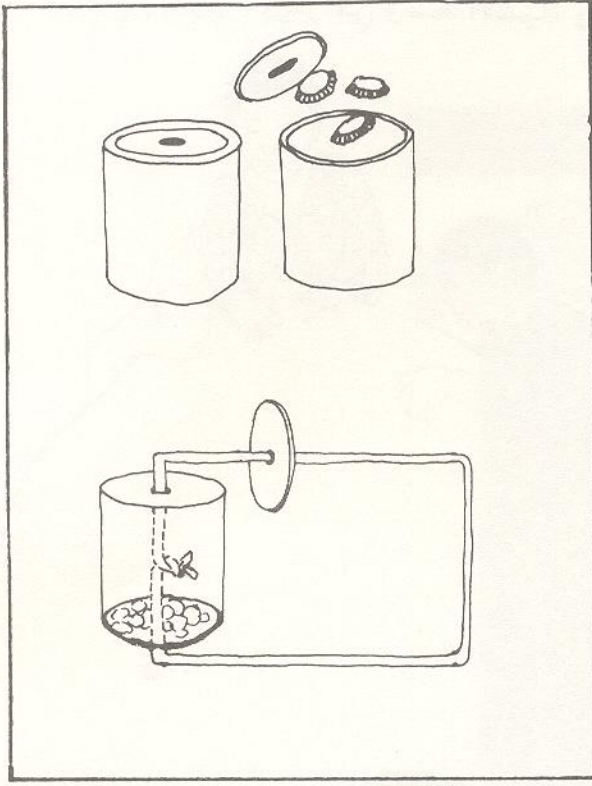
تذكري : - يجب أن نتأكد من أن الطفل لن يخدش يديه أو رجليه .
- عند الحاجة نستعمل وسادة أو شيئاً مبطناً .



المرحلة الرابعة

- في هذه المرحلة يحاول الطفل أن يزحف على بطنه وعلى يديه ورجليه ، فيطلع وينزل ، ويمر في وسط الأشياء ويلتف من حولها .



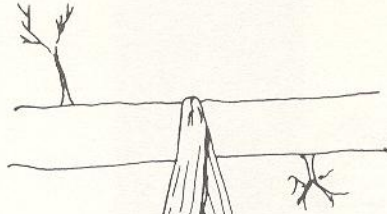


- نضع في العربة أشياء تفرقع ، مثل :
أغطية القناني (السدادات) وحببات الفول أو الرز أو الحمص
أو الحصى ... أو ما شابه .

- اللعب في وضع الركوع



- الطفل يسند نفسه بيديه وقدميه



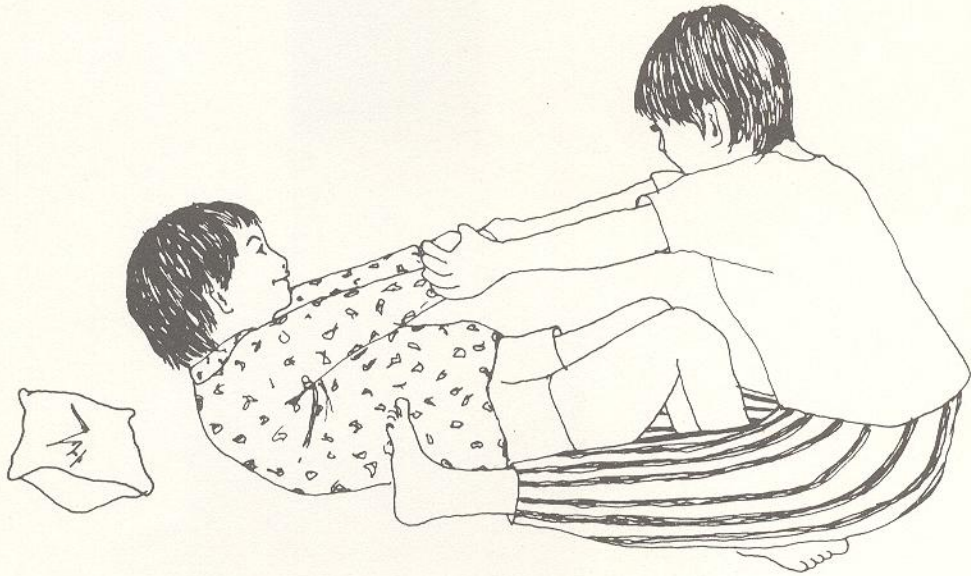
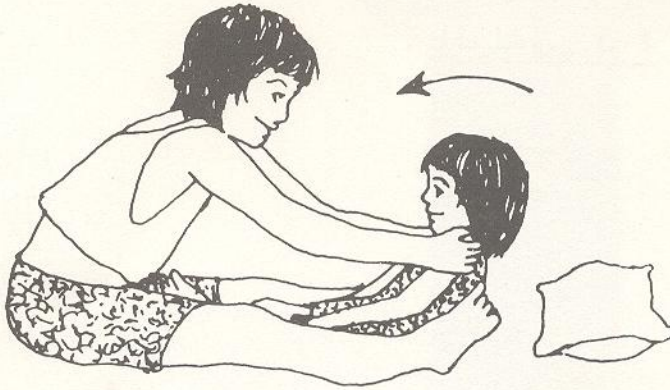
مساعدة الأم في فرز الحبوب .



اللعب مع الطفل وهو على ظهره

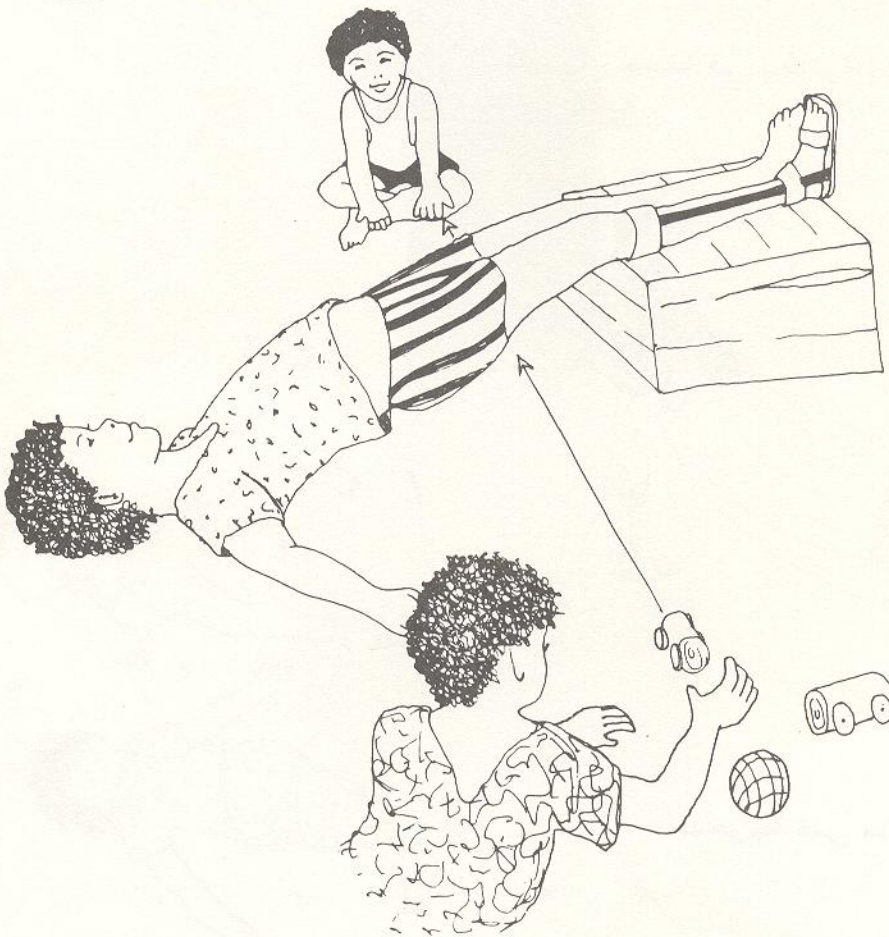
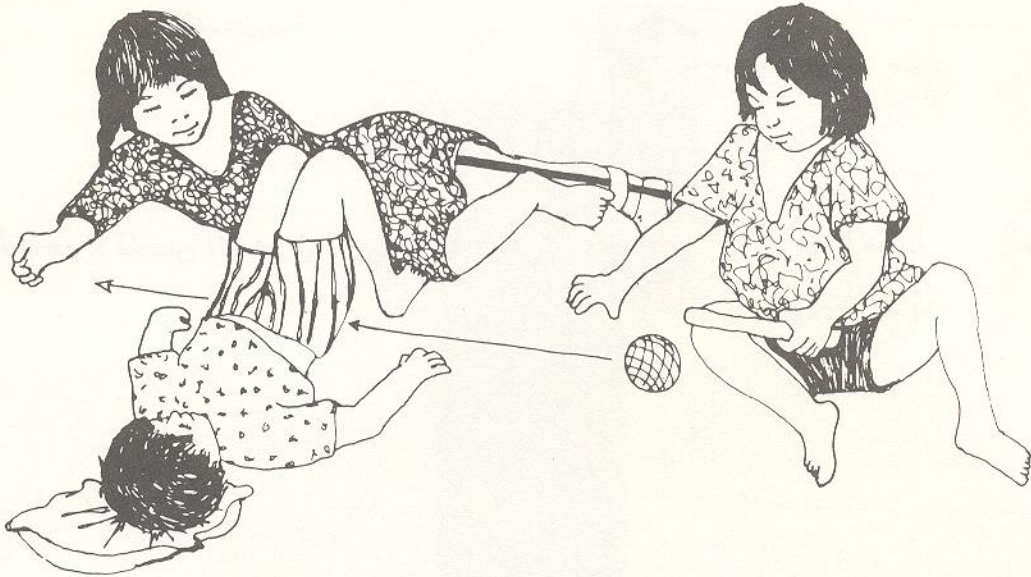
المراحل : ١-٤

- نشجع الطفل على أن يرفع رأسه .
- نغني له ، أو نناديه .



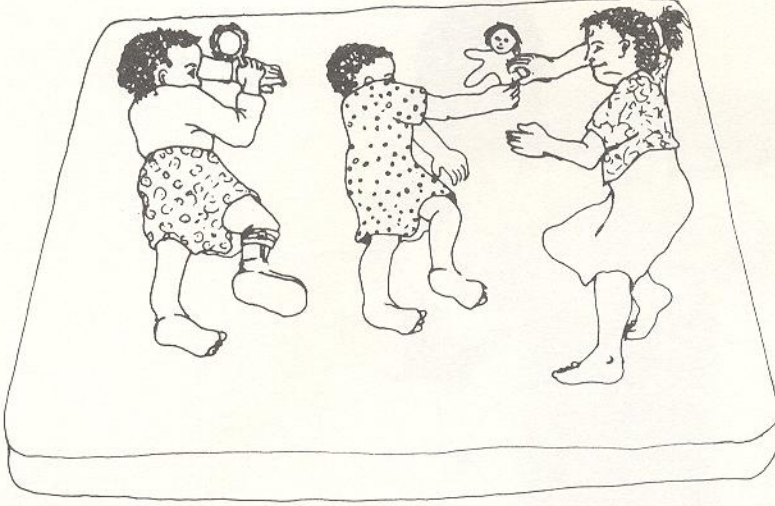
تحذير : لا تشدي الطفل من يديه اذا كانت ذراعااه ضعيفتين ،
أو اذا كان رأسه يسقط الى الوراء ولا يستطيع رفعه .

- في البداية ساعدي الطفل على رفع الوركين .



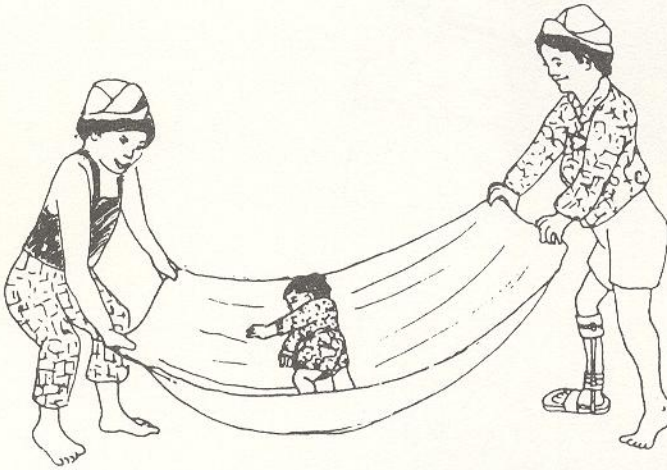
المرحلة الثانية حتى المرحلة الرابعة

- الدحرجة .



- التدحرج للمس الأنف أو لمس لعبة

- دحرجة الطفل ومرجحته في بطانية (حرام) أو ملاءة (شرشف) ،
ولكن ببطء وعناية .



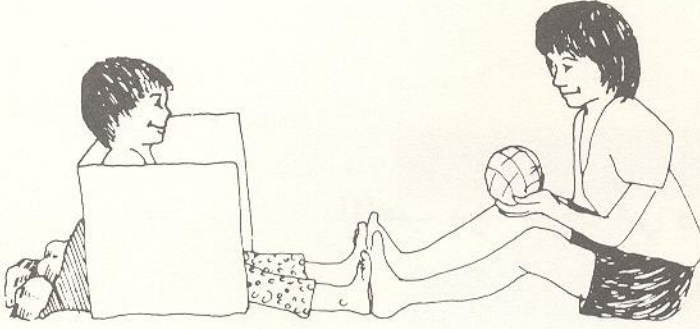
- الدحرجة على منحدر رملي أو حشائشي .



اللعب مع الطفل في وضع الجلوس

المراحل : ١-٤

أوضاع الجلوس



- جربي طرقاً مختلفة تساعد الطفل على الجلوس
في أثناء اللعب والغناء وحكاية القصص .



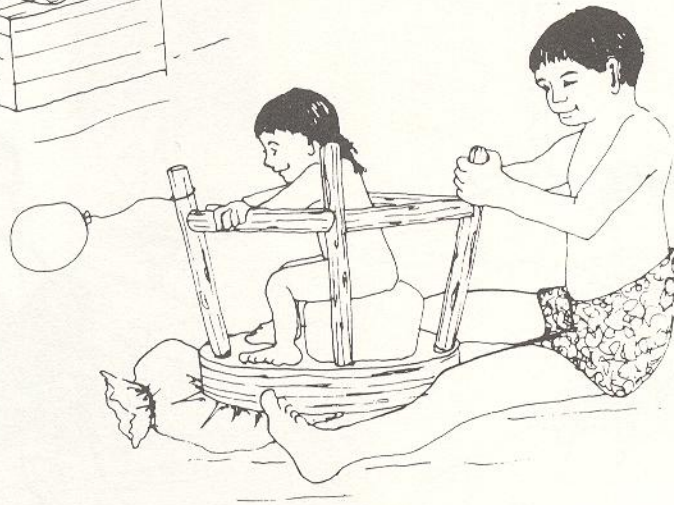
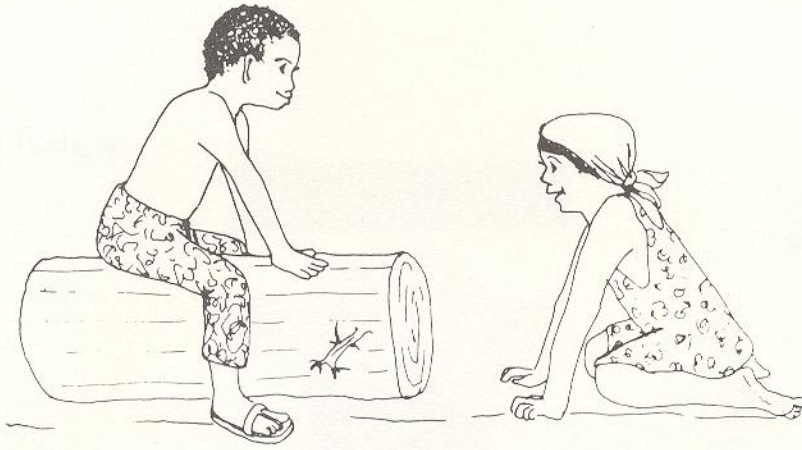
- هزي الطفل برفق الى الامام والى الخلف .



أوضاع الجلوس



أوضاع الجلوس



الجلوس في اطار سيارة مملوء بالحشائش أو الورق أو خرق القماش أو الملابس .



حفر حفرة في الرمل يساعد على تثبيت عجيذة الطفل (مؤخرته) وعقبه ، أو كعبه .



المرحلة الأولى

- جربي أوضاعاً مختلفة ، وكلما انتقلت من مرحلة الى أخرى حاولي -
بشكل تدريجي - أن تقللي من دعمك لجسم الطفل .
- شجعي الطفل على أن يرفع رأسه ويبقيه مرفوعاً لفترة من الوقت .



- ساعدي الطفل على الجلوس مستقيماً .



- هزي الطفل برفق الى الامام

والى الخلف وأنت تغنين له أغنية .

مثلاً:

هز رأسك يا عصفور
بين القمح وبين الفول



-استعملي حلقة من السلك لنفخ فقاعات الصابون

(إذا كان لديك فائض منه) .

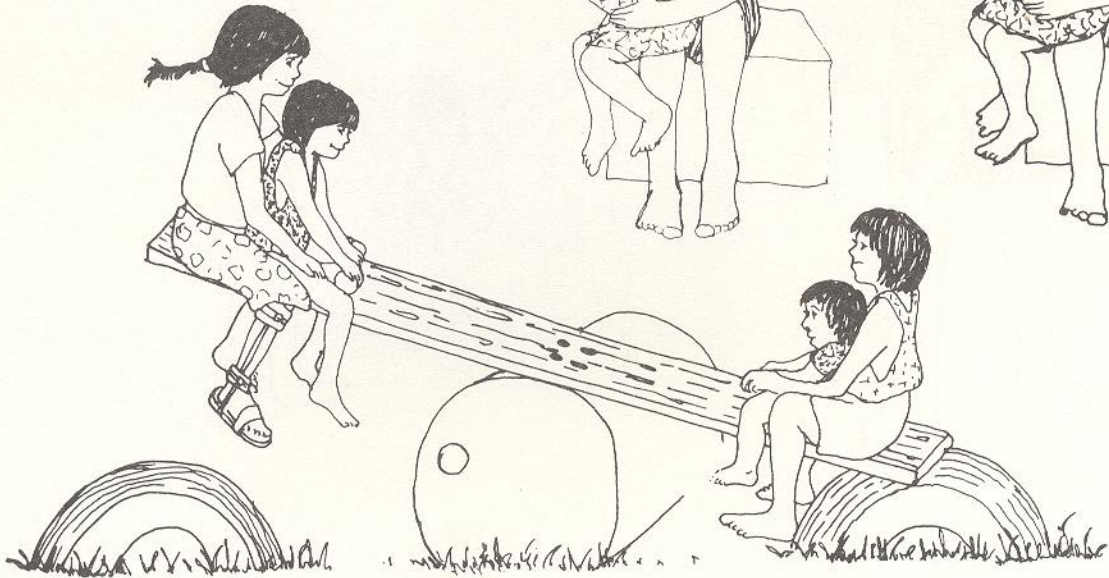
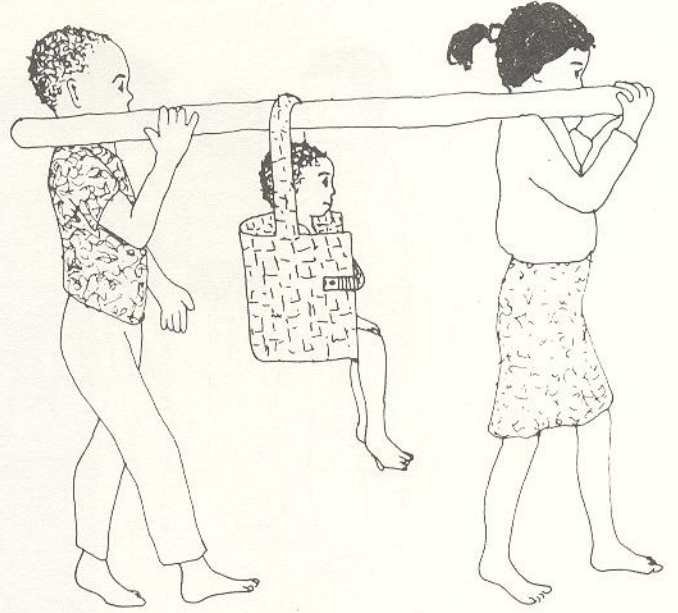




- مرجحة الطفل .

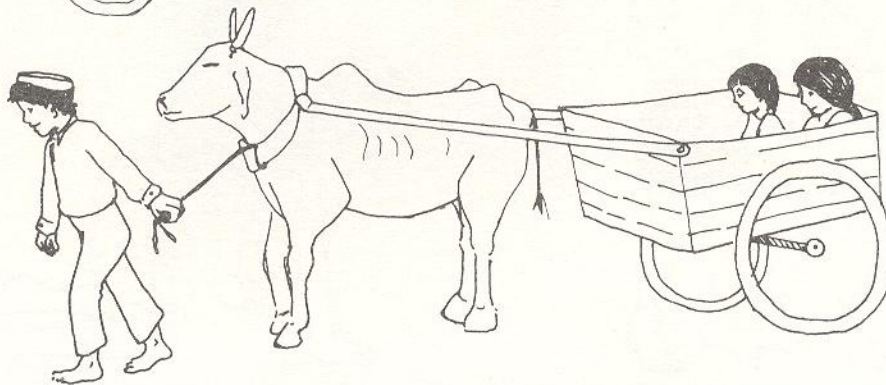
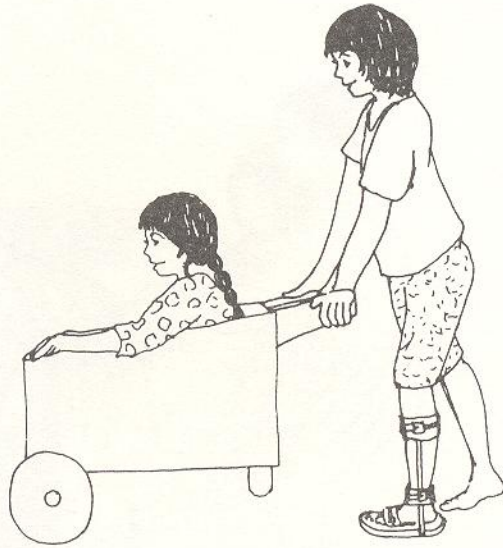
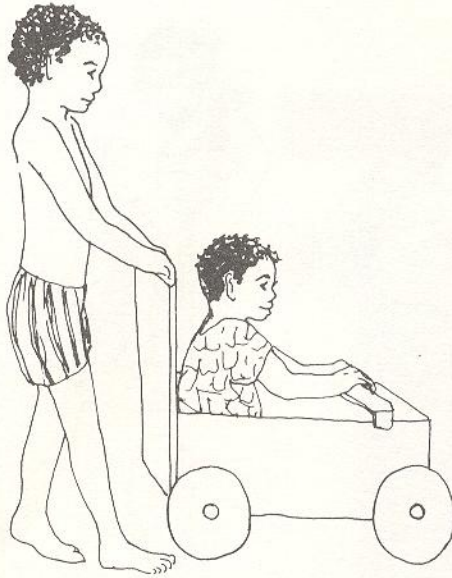


- هزهة الطفل من جانب الى آخر .

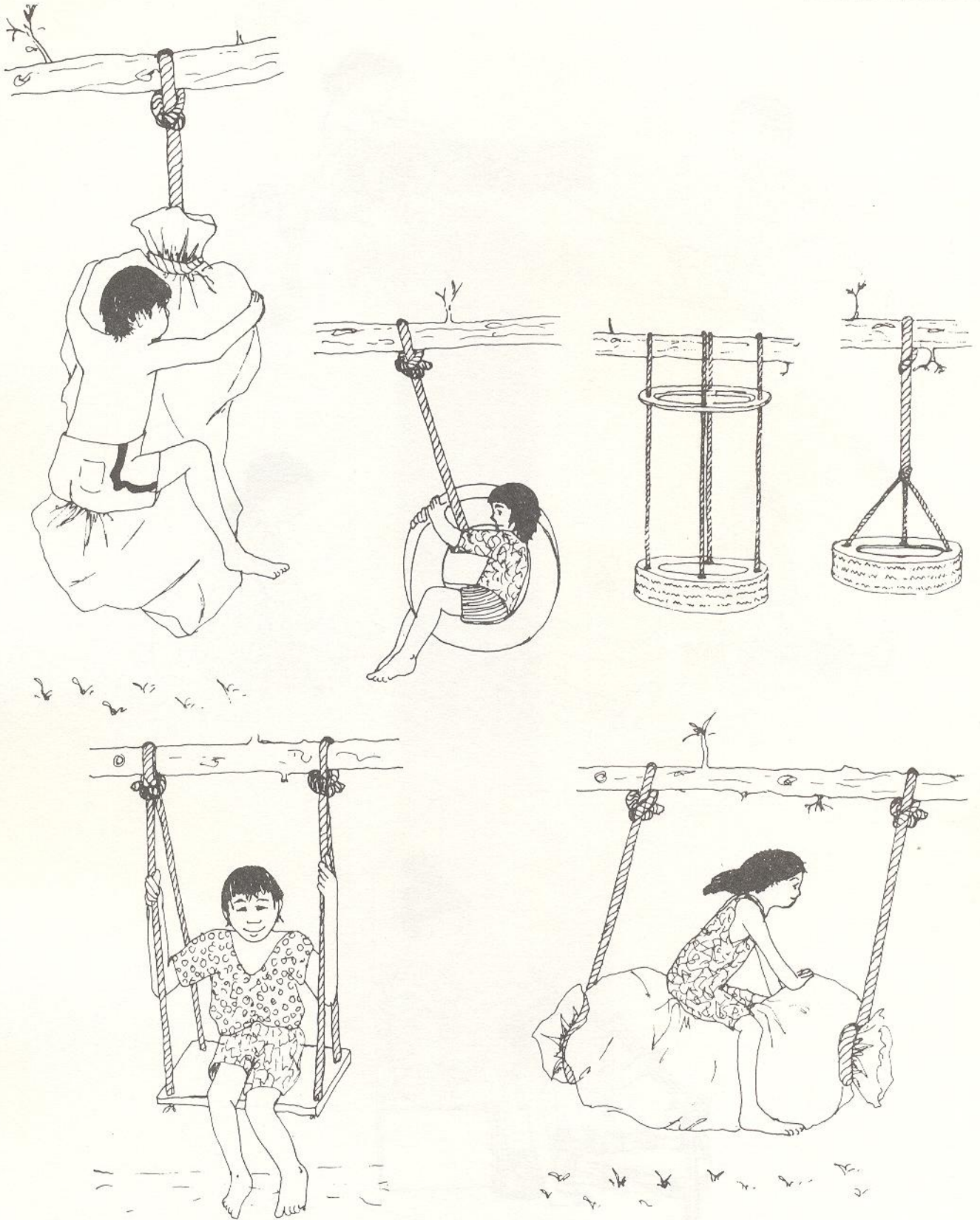


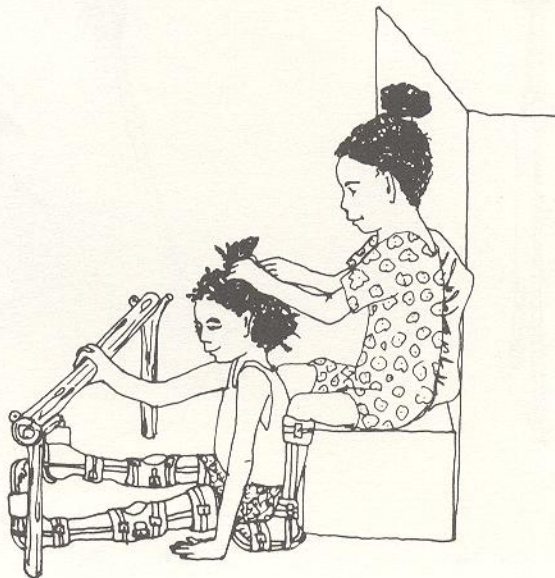
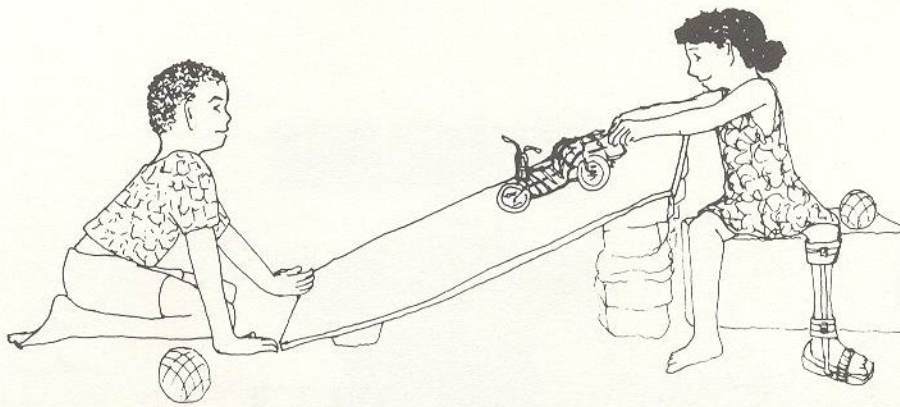


المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة

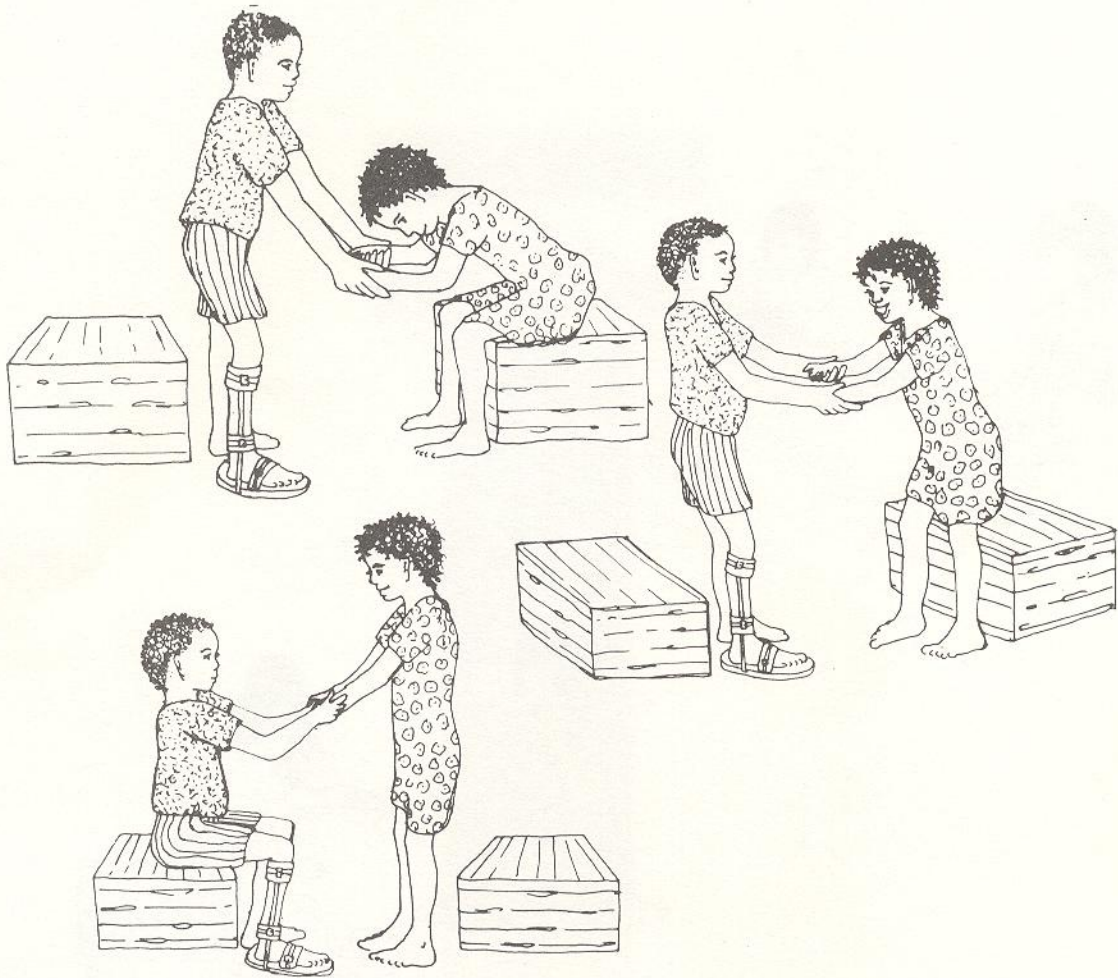


المرحلة الرابعة

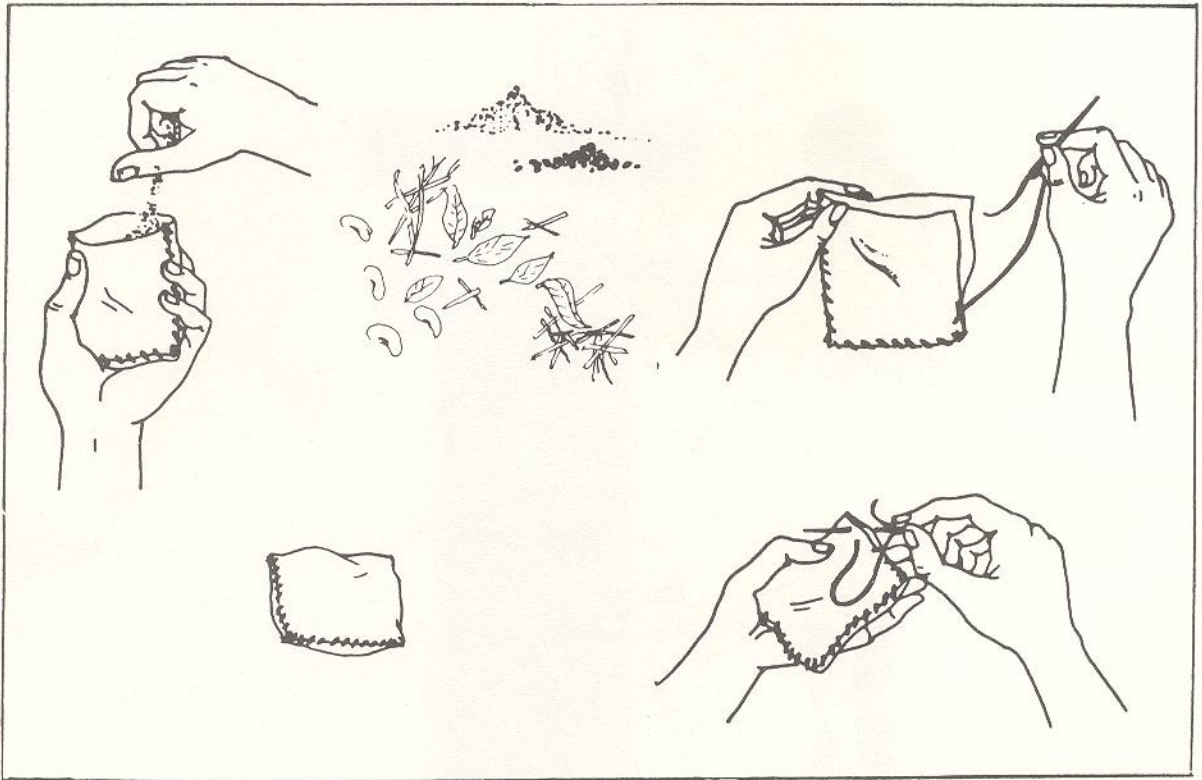








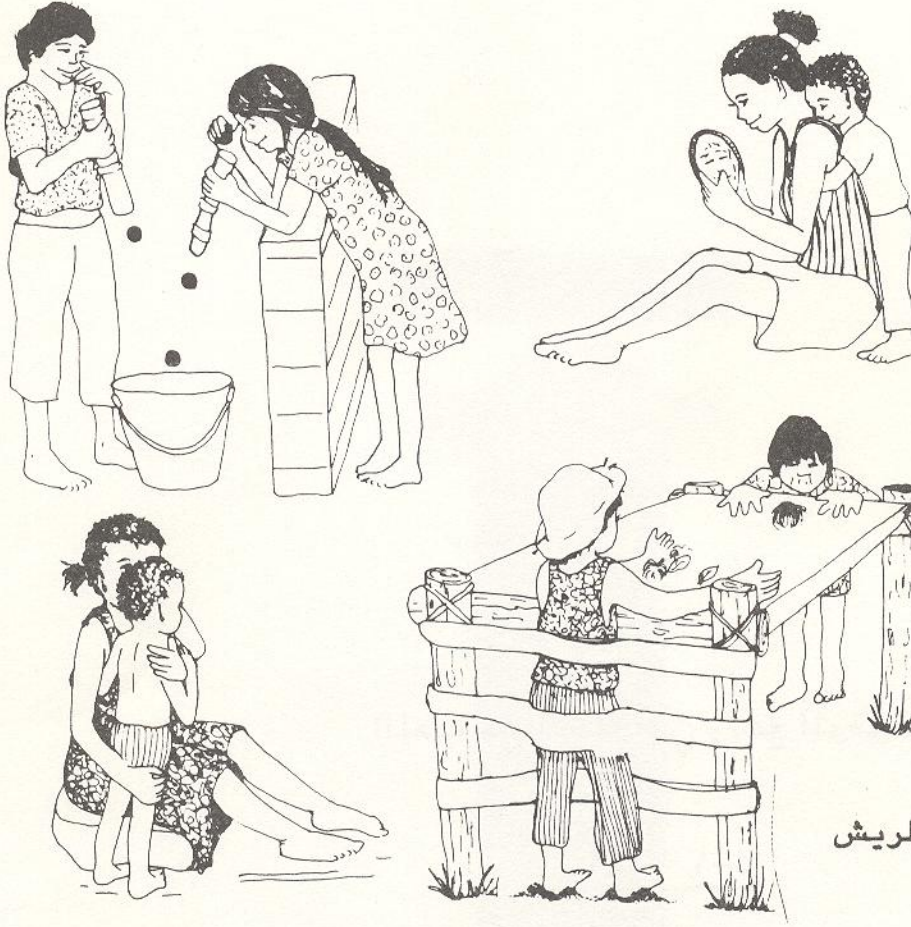




اللعب مع الطفل في وضع الوقوف

المراحل : ١-٤

المرحلة الأولى

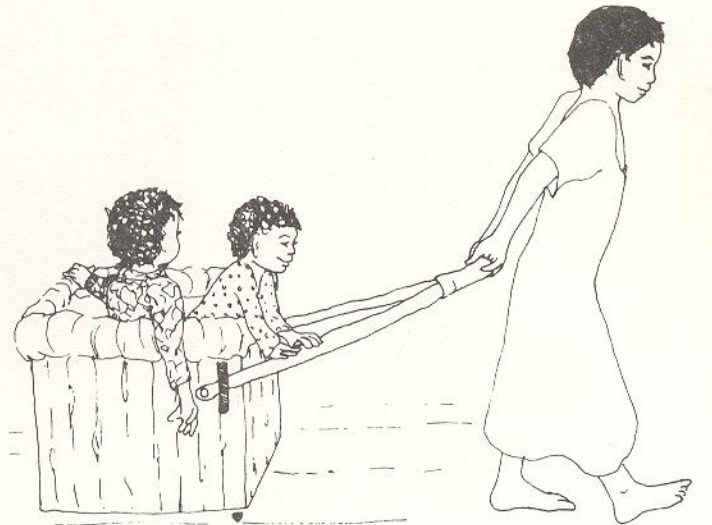


- نفخ بعض الأشياء مثل الريش
والورق وأوراق الشجر ...

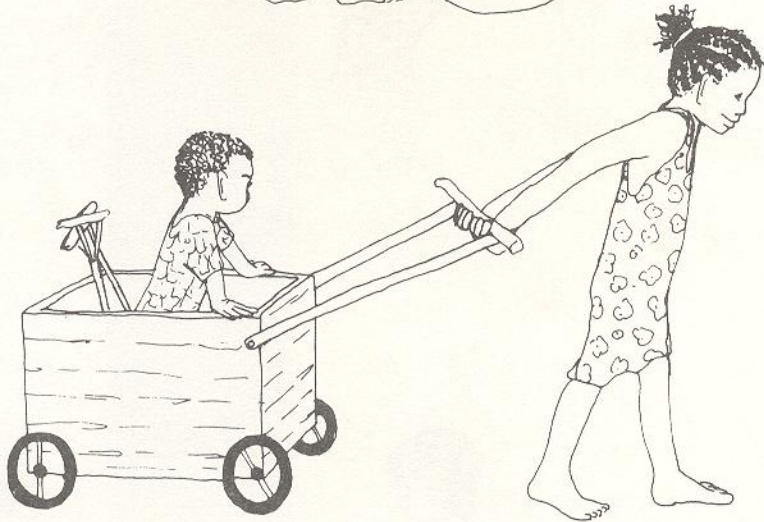
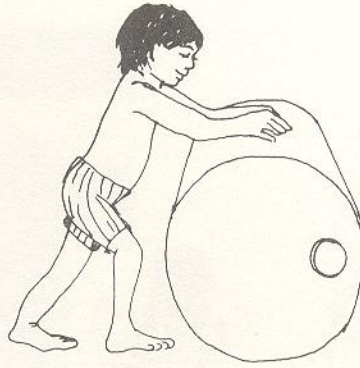
المرحلة الثانية والمرحلة الثالثة



- "نططي" الطفل على كيس فيه ورق
شجر أو قش أو رمل أو حشائش ...



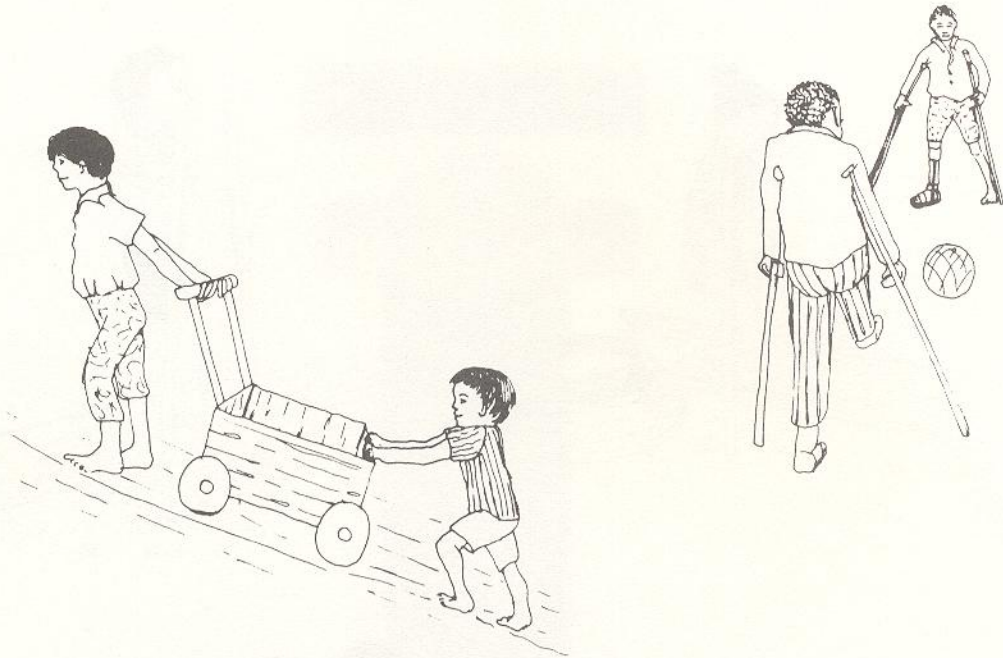
المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة



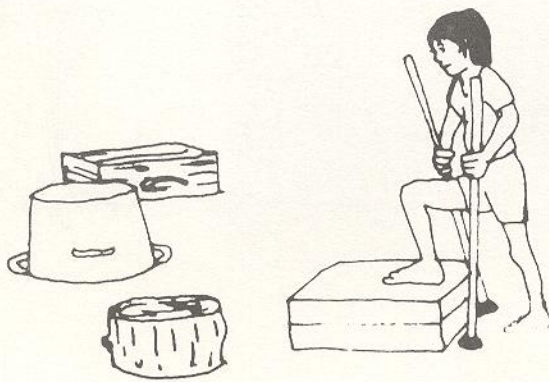
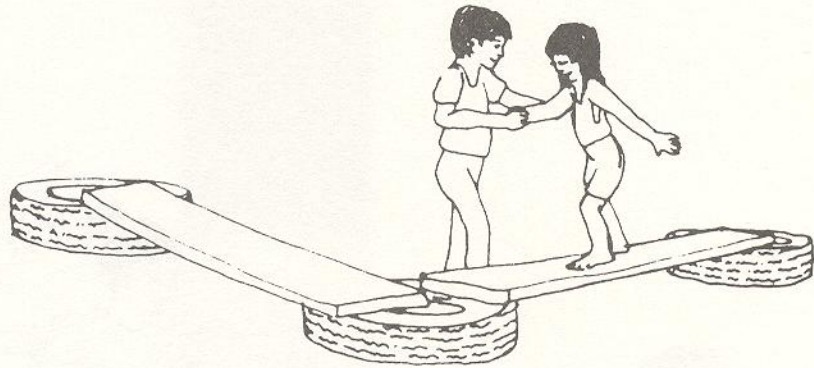
المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة



المرحلة الرابعة



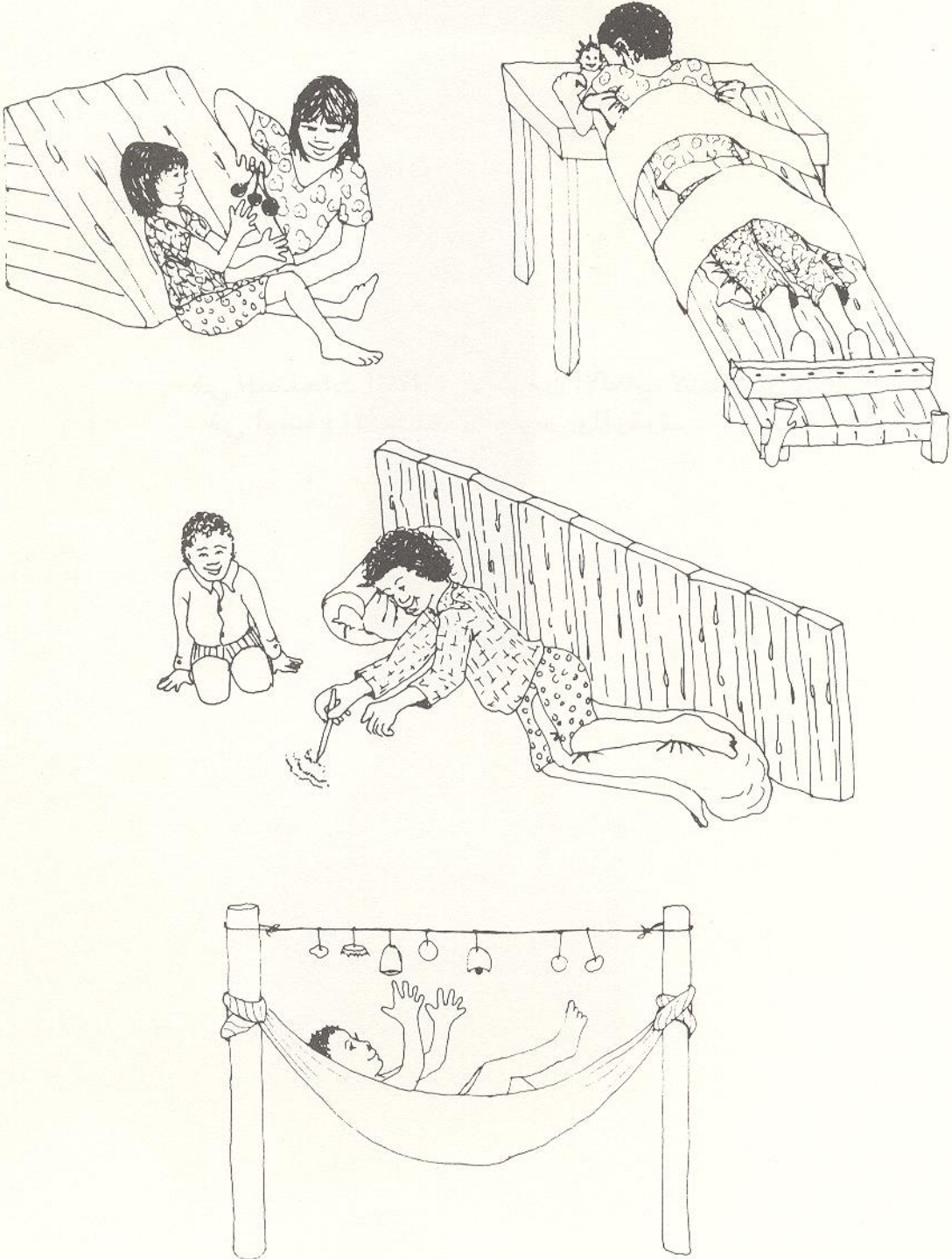
المرحلة الرابعة وما بعد



- في الصفحات التالية مزيد من الألعاب لاستعمال اليدين
في أوضاع الاستلقاء والجلوس والوقوف.

- ساعدي الطفل على استعمال يديه الاثنتين معاً للوصول الى شيءٍ ما: زهرة أو لعبة ...

- قد يكون استخدام اليدين معاً أسهل في أوضاع الاستلقاء الموضحة هنا .



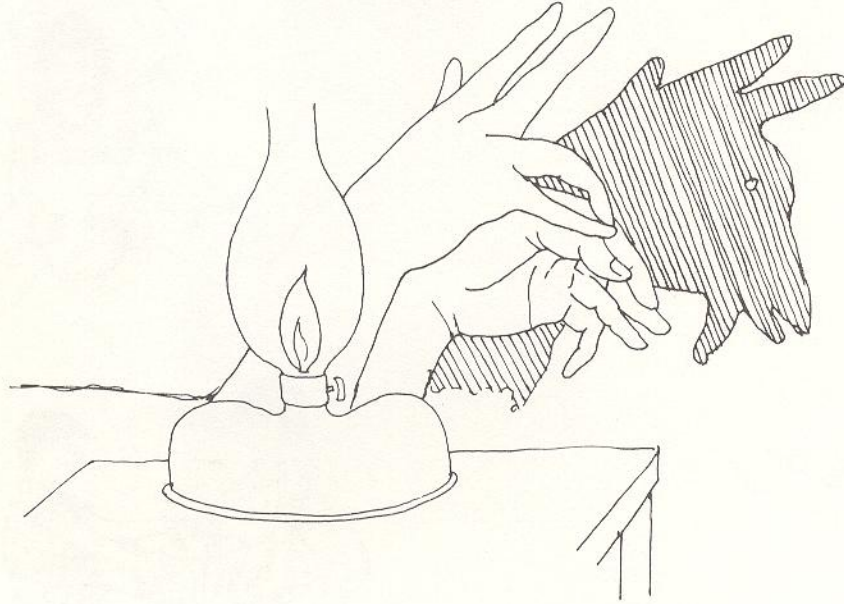
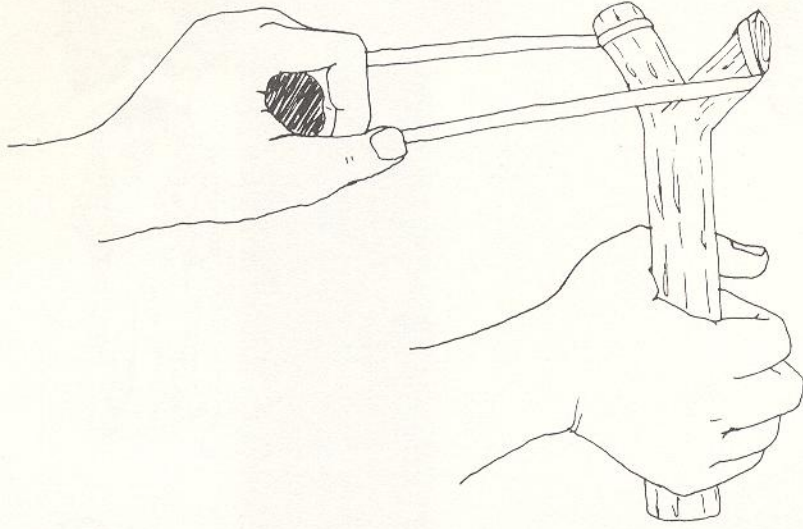
- استعمال كلتا اليدين معاً .

- استعمال اليدين مفتوحتين .

- تشجيع الطفل على استعمال اليد الأضعف في الإمساك بالأشياء أو تثبيتها .



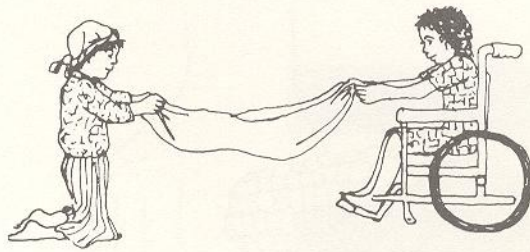
- تحذير : ساعدي الطفل على الانتباه وعلى أن يضرب بعيداً عن الناس .
علميه أن يصوب على الصناديق والشجر والبراميل والعلب ...



- ساعدي الطفل على استعمال يديه الاثنتين .







- تناول الأشياء والامساك بها بطرق مختلفة .

- يبدأ الطفل بالأشياء الأكبر أولاً .



- تحذير : يجب منع الطفل من وضع الأشياء الصغيرة في فمه .

- دعي الطفل يدخل الأشياء في أوعية كبيرة أولاً ثم في أوعية أصغر بعد ذلك .



"اي آلة تريدون أن نلعب الآن؟"



لنتذكر :

- أن نلعب مع الطفل في جميع الأوضاع .
- أن نستخدم ما يستمتع به الطفل .
- أن نصبر على الطفل ونعطيه الوقت الكافي .
- إذا تمكن الطفل من تدبير المراحل الأسهل وتطبيقها، فإننا نجرب معه المراحل الأصعب .

- لصنع أدوات بسيطة تساعد الطفل على اللعب ، انظر الكتاب التالي :

أدوات بسيطة لمساعدة المعوقين

يمكن الحصول على الكتاب من:

ARC
P.O.Box 7047
Nicosia, Cyprus
Tel: (3572)452670
Fax: (3572)458212
Telex: 5223 Rawafid CY

كتب عربية أخرى في مجال الاعاقة قيد الإعداد :

تنطلق "الورشة" في هذا الحقل من ضرورة مساعدة الشخص المعوق على تحقيق أكبر قدر ممكن من الاعتماد على الذات ومن التأكيد على كرامته الانسانية .

١ - أدوات بسيطة لمساعدة "المعوقين" :

دليل عملي مصور يعرض بكلام قليل عدداً كبيراً من الأدوات التي يمكن أن تساعد المعوق في لعبه وعمله وتحركه . جميع الأدوات يمكن صنعها بسهولة وبكلفة قليلة وبمواد محلية أو مواد يتيسر الحصول عليها . تشمل الأدوات تلك التي تساعد على الجلوس ، والمشي ، والتنقل والتوازن والعلاج الطبيعي وغيرها . عن :
Simple Aids for Daily Living

٢ - "رعاية الطفل المعوق"

مرجع أساسي وضع فيه ديفيد ورنر معلومات وأفكاراً لجميع المعنيين بخير وتقديم الطفل المعوق . وهو موجه ، بشكل خاص ، الى الذين يعيشون في مناطق تفتقر الى الموارد . ولكن الكتاب أيضاً أداة مساعدة للعاملين في رعاية وتعليم وتأهيل الأطفال المعوقين ، ولأهل الطفل المعوق وبرامج المجتمع . ثروة من المعلومات والتفاصيل المبسطة المشروحة بالرسوم والصور . يحيط الكتاب بأنواع الاعاقة المختلفة ، كالعمى والصمم والنوبات ومشكلات السلوك وتأخر النمو ... وهو يقدم اقتراحات خاصة بصنع أدوات مساعدة بسيطة ، قليلة الكلفة ، ولكن فعالة ، وطرقاً تساعد الطفل المعوق على ادراك أن معظم حاجات الطفل المعوق يمكن تلبيتها ضمن المجتمع والعائلة والأطفال أنفسهم . العنوان الأصلي : Disabled Village Children :

٣ - قصص "من طفل الى طفل"

سلسلة من القصص المشوقة الموجهة الى تلامذة المدارس الابتدائية لتشجيعهم على الاهتمام بصحة ونمو اخوتهم وأخواتهم الصغار . في كل قصة موضوع صحي أو تربوي بارز مثل : مخاطر الماء القذر ، مساعدة الصغار على التعلم ، معاملة الطفل المعوق ، معالجة الحمى ، الأمراض الفتاكة والتطعيم ، الغذاء الجيد ، الحوادث ، الجفاف ... الخ .

يمكن استخدام هذه القصص في المناهج التعليمية الخاصة بالعلوم الأولية وعلم البيئة ودروس الصحة المنزلية والمدرسية والتدبير المنزلي .

ومن بين القصص واحدة عن ٣ أطفال ، يعاني كل منهم اعاقة بدنية معينة . وتحكي القصة كيف يتعلمون التكيف بمساعدة ودعم من جانب الأطفال الآخرين .

عن سلسلة : Child-to-Child Readers

تطلب قائمة المطبوعات من "ورشة الموارد العربية"

نحن أيضاً نلعب ونتحرك

أفكار ورسوم لمساعدة الطفل المعوق والطفل الصغير على اللعب والتحرك

يساعد هذا الكتاب الطفل المعوق على ان يتعلم كيف يتحرك ، وذلك من خلال اللعب مع الآخرين ، وخصوصاً مع الأطفال الآخرين . وفي الوقت نفسه فانه يساعد الطفل الكبير على اللعب مع الطفل الصغير ، ورعايته .

تقدم رسوم الكتاب تلك الحركات الأساسية التي يحتاج اليها الطفل في رعاية نفسه ، وفي حياته اليومية عموماً . فاللعب يمكنه أن يحفز وينمي قدرات الطفل ، كاستعمال اليدين ، والحفاظ على التوازن ، والجلوس ، والركوع والزحف ، والمشي أو التحرك من مكان الى آخر .



ورشة الموارد العربية ، مؤسسة عربية مستقلة ذات منفعة عامة ، لا تتوخى الربح التجاري ، هدفها اعداد ونشر وتوزيع الكتب والمواد التعليمية والتثقيفية اللازمة في مشاريع الرعاية الصحية وتنمية المجتمع في البلدان العربية .

تأسست "الورشة" في قبرص ، ١٩٨٨ ، على يد مجموعة من العاملات والعاملين في حقول الرعاية الصحية الأولية ، وتنمية المجتمع ، والتربية ، والنشر .

WE CAN PLAY AND MOVE, by Sophie Levitt. First Arabic Edition
Published by ARC, ARAB RESOURCE COLLECTIVE,
P.O.Box 7047, Nicosia - Cyprus