



سازمان آموزش پرورش ابتدایی
معاونت برنامه ریزی آموزشی و توانبخشی
گروه برنامه ریزی درسی و آموزشی دانش آموزان با آسیب بینایی

راهنمای معلم

معرفی فعالیت های تربیت و تقویت لامسه (ویژه نوآموزان آسیب دیده بینایی)





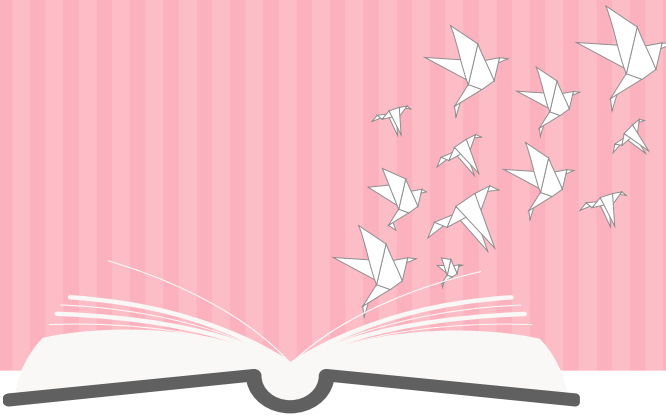
راهنمای معلم

معرفی فعالیت های تربیت و تقویت لامسه
(ویژه نوآموزان آسیب دیده بینایی)

مولفین : امینه نگهبان، ریحانه زحمت کش، سمیه برزویی نژاد
زهره قدس، طیبه شعبانعلی، فاطمه فتحه درآباد

ویراستار و صفحه آرا : زهره قدس

مقدمه



حس لامسه بهترین و کارآمدترین ابزار ارتباطی نوآموزان آسیب‌دیده‌ی بینایی با محیط اطرافشان است. با تقویت این حس آن‌ها می‌توانند تجارب خود را بهتر بسازند و به درک و شناخت محیط اطرافشان دست یابند.

اگر نوآموزی نتواند اطلاعات پیرامون خود را به واسطه‌ی حواس دیگر به ویژه حس لامسه تجزیه و تحلیل کند، نمی‌تواند دریافت کاملی از محیط داشته باشد و این امر ضرورت و اهمیت پرورش و تقویت حس لامسه را در دوران پیش از دبستان نشان می‌دهد.

با توجه به این ضرورت، واحد کارشناسی برنامه‌ریزی دانش‌آموزان با آسیب بینایی برآن شد راهنمای حاضر را با تلاش و همراهی بی‌وقفه‌ی تعدادی از معلمان باتجربه و متخصص در این حوزه تهیه نماید. امید است نتیجه‌ی این اقدامات مفید واقع شود. همکاران محترم می‌توانند پیشنهادات و نظرات خود را از طریق اداره‌ی آموزش و پرورش استثنایی استان به معاونت برنامه‌ریزی آموزشی و توانبخشی سازمان منعکس نموده و ما را در رفع کاستی‌ها همراهی و یاری نمایند.



سخنی با معلمان



حس لامسه یکی از مهمترین حواس برای ادراک محیط و تربیت و تقویت آن مقدمه ای جهت آموزش خط بریل به نوآموزان با آسیب بینایی تا رسیدن به شناخت کامل محسوب می شود.

اهمیت تربیت این حس در سنین پیش از دبستان و انجام تمرینات تقویت لامسه به شکل صحیح، تاثیر بسزایی در درک و شناخت نوآموزان دارد و نتیجه ی آن افزایش سرعت بریل خوانی، درمطلب و یادگیری همراه با لذت می باشد.

راهنمای حاضر در قالب ک بهتر هیجده فعالیت بصورت گام به گام (مجموعه اهداف، وسایل مورد نیاز، نکات ایمنی، شرح فعالیت و فعالیت پیشنهادی) جهت استفاده مربیان و والدین گرامی تدوین شده است.

از مربیان گرامی تقاضا می شود به منظور اثر بخشی و نتیجه ی بهتر آموزش به نکات زیر توجه فرمایند:

۱- مربیان محترم در ابتدای سال تحصیلی با مراجعه به پرونده ی نوآموز و با مشاهده ی برگه ی بینایی سنج یا چشم پزشکی و بعد از تشخیص میزان باقیمانده بینایی و ارزیابی بینایی کنشی^۱، در صورت نیاز و قرار گرفتن نوآموز در یکی از دو گروه های ذیل، مراحل تربیت و تقویت لامسه را برای او برنامه ریزی نمایند.

• نوآموزان نابینای مطلق

• نوآموزانی با بیماری دید کاهشی (دیر نابینا یا نابینای اکتسابی، آرپی و برخی از موارد rphpv)

۲- تشخیص برتری جانبی نوآموز در ابتدای کار بسیار حائز اهمیت است. (برتری جانبی به غلبه ی نیمی از بدن به دایره ی دیگر اشاره رد. در واقع این اتفاق به دلیل برتری یک نیمکره ی مغز به دیگری رخ می دهد و به نوآموز اجازه می دهد، برای نمونه یک دست خود را بر دیگری ترجیح دهد).

۳- در صورتی که نوآموز دچار تدافع لمسی می باشد، از موادی استفاده کنید که در او حساسیت لمسی ایجاد نکند. تحریکات لمسی آزار دهنده، نه تنها به کودک کمکی نمی کند، بلکه باعث آزار و بهم ریختگی او می شود. بطور مثال زمانی که نوآموز دارای تدافع لمسی را بر خلاف میلش وادار به پوشیدن جوراب یا دمپایی می کنید، باعث بهم ریختگی او می شوید.

۱- بینایی کنشی به چگونگی استفاده فرد از باقیمانده بینایی اطلاق می شود.

۲- بیماری PHPV از ناهنجاری های نادر و مادرزادی چشمی است که اغلب در یک چشم دیده می شود و به ندرت دو چشم مبتلا می شوند. در این بیماری یک چشم نوآموز، کوچکتر از چشم دیگر او می باشد. ممکن است آب مروارید، تار شدن زجاجیه، تغییرات شبکیه، بالا رفتن فشار چشم و در بیشتر موارد کاهش شدید بینایی دیده شود.

۴- در انتخاب وسایل مورد استفاده در فعالیت ها توانمندی نوآموز را در نظر بگیرید. (وزن و ابعاد اشیا باید به نحوی باشد که کودک به راحتی بتواند شی مورد نظر را واری کند. همچنین در انجام فعالیت ها از ظروف و سطوح شیشه ای استفاده نشود).

۵- وسایل مورد استفاده ی نوآموز را در ظرف مناسبی، در سمتی که کودک برتری جانبی دارد (چپ یا راست) روی میز یا یک فضای مشخص و محدود مثل سینی و... قرار دهید.

۶- در انجام فعالیت های آموزشی، آستانه ی تحمل و تمایل نوآموز را در نظر بگیرید. سعی کنید با انجام فعالیت های خلاقانه و پیشنهادی ذکر شده، یادگیری را برای نوآموز لذت بخش کنید.

۷- دقت و نظارت کافی بر فعالیت های نوآموز داشته باشید و در حین کار به نقاط ضعف و قدرت او پی ببرید تا بتوانید در موقعیت های مناسب از آن ها استفاده کنید.

۸- زمان کافی در اختیار نوآموز قرار دهید. نوآموز دارای آسیب بینایی در ابتدا به مدت زمان بیشتری برای انجام فعالیت نیاز دارد. او برای فکر کردن در مورد آنچه شما از وی درخواست می کنید و نحوه واکنش به آن به زمان نیاز دارد. بنابراین زمان کافی را در اختیار او قرار دهید تا در انجام کارهایش موفق باشد.

۹- تمرینات را از خودتان شروع کنید. زمانی که می خواهید به نوآموز فعالیت را آموزش دهید، ابتدا خودتان آن را انجام دهید. این امر به شما کمک خواهد کرد که بتوانید درباره بهترین روش آموزش تصمیم بگیرید.

۱۰- برای راهنمایی کودک آسیب دیده بینایی در حین کار، اگر پشت سر او قرار بگیرید، او ساده تر می تواند حرکات شما را درک کند. گاهی اوقات قرار دادن دست های شما بر روی دست های او برایش سودمند می باشد. اما ابتدا از میل او برای انجام این کار اطمینان حاصل کنید.

۱۱- بازی قدرت فراوانی در درگیر کردن توجه نوآموز دارد. او می تواند از راه بازی حواس پنجگانه ی خود را تقویت و با مشاهده ی رفتار سایر کودکان در حین بازی مهارت و توانمندیش را ارتقاء بخشد.

۱۲- فعالیت آموزشی را به صورت ساده و شمرده بیان کنید، مطمئن شوید که نوآموز به درستی متوجه آن شده است.

۱۳- در هنگام انجام هر فعالیت به پیش نیازها و ترتیب درست مراحل انجام فعالیت توجه کنید.

۱۴- طبق پژوهش های انجام شده استفاده از چشم بند در هنگام آموزش، به لحاظ رعایت نکات بهداشتی، ایجاد اختلال در تطابق چشمی و احساس ناخوشایند در نوآموز دارای آسیب بینایی مورد تایید نمی باشد.

۱۵- به نکات بهداشتی (شستن وسایل پس از هر بار استفاده) توجه کنید و سعی کنید از ابزار استاندارد، بهداشتی و قابل شستشو استفاده کنید.

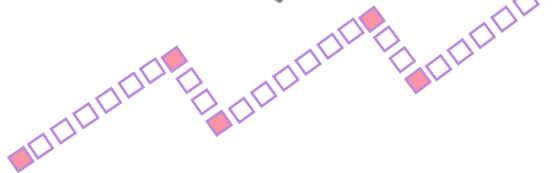
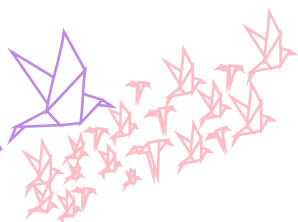
۱۶- ممکن است دانش آموزان دیرنابینا به دلیل داشتن سابقه ی بینایی سریع تر مفاهیم را درک کنند اما در مهارت های مربوط به تقویت لامسه، به دلیل عدم استفاده از گیرنده های لمسی دچار مشکل باشند.

توصیه می‌شود جهت احیای گیرنده‌های لمسی شان این گروه از دانش‌آموزان، آموزش را از کارت‌های لامسه زبر شروع کنید. برای لمس و تشخیص بهتر می‌توان از قسمت زیر ناخن که لطافت و حساسیت بیشتری دارد، استفاده کرد.

۱۷- برخی از آسیب‌های درگیرکننده دست‌ها (گیرنده‌های لمسی) که توجه به آن در حین انجام فعالیت‌های آموزشی ضروری است، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- سندرم تونل کارپال: فشردگی عصب میانی دست است، که باعث تورم، بی‌حسی، ضعف و احساس گزگز در انگشتان نشانه (اشاره)، سبابه و شست می‌شود.
 - کیست گانگلیون: یک توده ی گرد و پر از مایع است که معمولاً بر روی تاندون‌ها یا مفاصل مچ دست و انگشتان در محل اتصال آن به کف دست ایجاد می‌شود و عملکرد روزانه فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به عنوان مثال نوآموز انگشتانش برای گرفتن وسایل به داخل جمع نمی‌شود و یا هنگام گرفتن استوانه مونته سوری ناگهان آن را رها می‌کند.
 - سندرم آرنج تنیس باز: بیماری دردناکی است که از ضعیف شدن یا سائیدگی تاندون‌هایی که دور آرنج قرار گرفته اند ناشی می‌شود. این عارضه به علت استفاده ی بیش از حد از تاندون‌های آرنج در پی حرکات مکرر مچ دست و بازو رخ می‌دهد.
 - کم کاری تیروئید: این بیماری می‌تواند باعث بی‌حسی در دست‌ها شود و اگر به موقع درمان نشود، اعصابی که نقش رد و بدل کردن اطاعات بین مغز، نخاع و سایر بخش‌های بدن را به عهده دارند، آسیب می‌بینند.
- ۱۸- لزوم هماهنگی بین آموزش خانه و مدرسه در آموزش نوآموزان ضروری است. لذا باید با برگزاری جلسات آموزشی نحوه‌ی صحیح انجام فعالیت‌ها به والدین آموزش داده شود.





شماره صفحات

عنوان فعالیت

- | | |
|---------------|--|
| صفحات ۱ - ۳ | فعالیت ۱- باز و بسته کردن دست |
| صفحات ۴ - ۷ | فعالیت ۲- کار با آب و اسفنج |
| صفحات ۸ - ۱۰ | فعالیت ۳- مچاله کردن کاغذ |
| صفحات ۱۱ - ۱۳ | فعالیت ۴- کار با لگو و چینه |
| صفحات ۱۴ - ۱۶ | فعالیت ۵- استوانه های اندازه گیری مونته سوری |
| صفحات ۱۷ - ۱۹ | فعالیت ۶- جداسازی حبوبات |
| صفحات ۲۰ - ۲۲ | فعالیت ۷- نخ کردن مهره |
| صفحات ۲۳ - ۲۵ | فعالیت ۸- کارت دوخت |
| صفحات ۲۶ - ۲۸ | فعالیت ۹- پیچیدن نخ دور قرقره |
| صفحات ۲۹ - ۳۱ | فعالیت ۱۰- باز و بسته کردن پیچ و مهره |
| صفحات ۳۲ - ۳۴ | فعالیت ۱۱- باز و بسته کردن زیپ |
| صفحات ۳۵ - ۳۷ | فعالیت ۱۲- باز و بسته کردن دکمه |
| صفحات ۳۸ - ۴۰ | فعالیت ۱۳- کاغذ و برش |
| صفحات ۴۱ - ۴۴ | فعالیت ۱۴- کارت های لامسه |
| صفحات ۴۵ - ۴۷ | فعالیت ۱۵- شادی سوزنی |
| صفحات ۴۸ - ۵۰ | فعالیت ۱۶- لوح مکعبی |
| صفحات ۵۱ - ۵۴ | فعالیت ۱۷- کار با تافل های کیت لامسه |
| صفحات ۵۵ - ۵۷ | فعالیت ۱۸- حساب افزار |
| صفحه ۵۸ | منابع |

فعالیت ۱- باز و بسته کردن دست



اهداف اصلی: تحریک اعصاب و گیرنده های لمسی، تقویت عضلات دست، هماهنگی عصب و عضله، تقویت مهارت های حرکتی ظریف.



اهداف فرعی: درک عمقی، آشنایی با مفاهیم باز و بسته کردن دست، افزایش مهارت دست ورزی، کسب مهارت های پیش نیاز خواندن و نوشتن خط بریل.



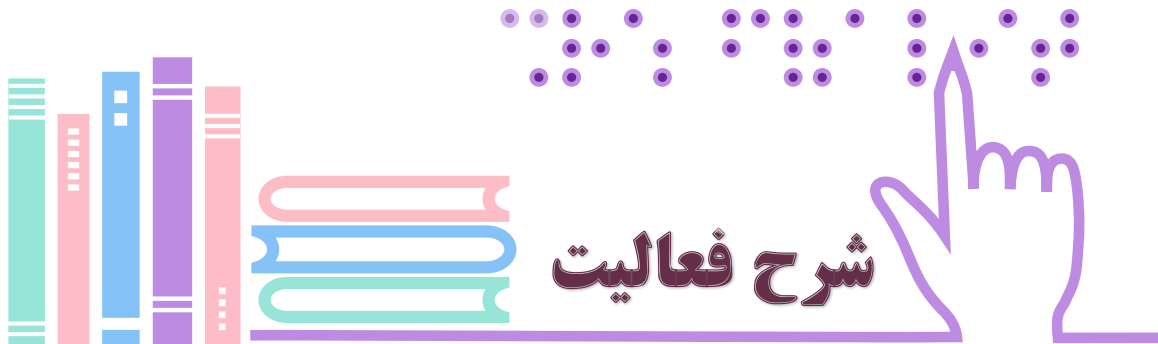
وسایل مورد نیاز: توپهای نرم (توپ ژله ای، توپ اسفنجی و...).



نکات ایمنی:

- برای انجام صحیح این فعالیت و رسیدن به هدف مطلوب به موارد ایمنی گفته شده در ابتدای راهنما توجه شود.





شرح فعالیت

۱- از نوآموز بخواهید دست خود را از ناحیه مچ به حالت باد بزنی از سمت چپ به راست و برعکس حرکت دهد.

نکته: ابتدا مربی این عمل را به نوآموز نشان و آموزش دهد.

۲- نوآموز انگشتان دست راست و سپس دست چپ را به درخواست مربی خود باز و بسته کند.

۳- سپس از نوآموز بخواهید انگشتان هر دو دست خود را همزمان باز و بسته کند.

۴- برای تثبیت یادگیری و کسب مهارت باز و بسته کردن انگشتان دست می‌توانید از یک توپ نرم استفاده کنید. نوآموز یک وسیله نرم شبیه توپ را در دست خود بگیرد و تا جایی که می‌تواند آن را فشار دهد، چند ثانیه دست را در این حالت نگه دارد و دوباره به حالت استراحت برگردد.

۵- در مرحله‌ی بعد نوآموز یک دست خود را روی میز قرار دهد. از او بخواهید انگشتان خود را باز کرده، سپس به هم بچسباند. (این تمرین در مورد تک تک انگشتان انجام شود).

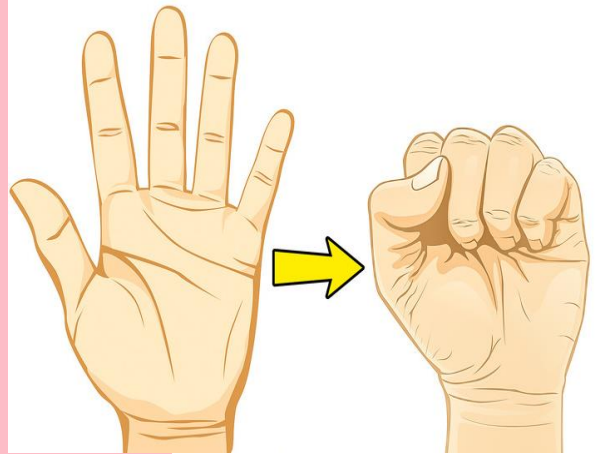
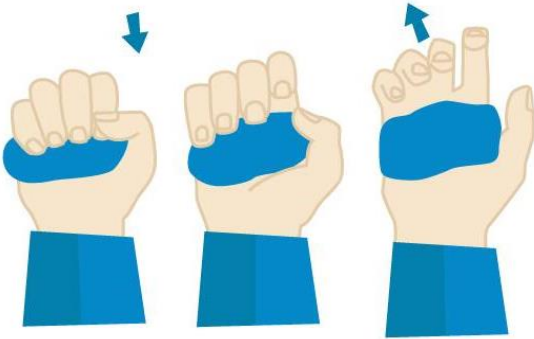
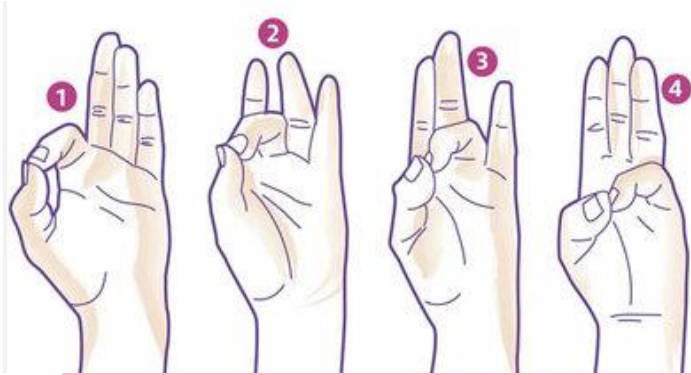
۶- برای تثبیت و تمرین بیشتر، از نوآموز بخواهید، دست خود را روی میز بگذارد و تلاش کند انگشت شست خود را به سمت بالا حرکت دهد. سپس از او بخواهید انگشتان خود را به ترتیب از انگشت اشاره تا انگشت کوچک به سمت بالا حرکت دهد. نوآموز در شروع این فعالیت ممکن است همه انگشتان خود را حرکت دهد، در این صورت، مربی باید دست خود را به آرامی روی انگشتان کودک بگذارد تا فقط انگشتان مورد نظر آزاد باشند.



فعالیت های پیشنهادی

- از او بخواهید سر انگشت شست را به سر هر یک از چهار انگشت دیگر، بچسباند. طوری که شکل O انگلیسی ایجاد شود.
- در حالی که نوآموز دست خود را صاف نگه داشته است از او بخواهید هربار یکی از انگشتان را به سمت کف دست خم کند و ۵ ثانیه نگه دارد و دوباره به وضعیت اول برگرداند.

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۲ - کار با آب و اسفنج



اهداف اصلی: تقویت لامسه (کف دست و انگشتان)، تحریک اعصاب و گیرنده‌های لمسی، تقویت عضلات دست، هماهنگی عصب و عضله، هماهنگی دو نیمکره مغز.



اهداف فرعی: آشنایی با مفهوم خشک و خیس، پر و خالی، داخل و خارج، سبک و سنگین، باز و بسته کردن دست، افزایش مهارت دست‌ورزی، افزایش مهارت دقت و تمرکز، درک و شناخت کودک از میزان آب موجود در ظرف (به طور نسبی).



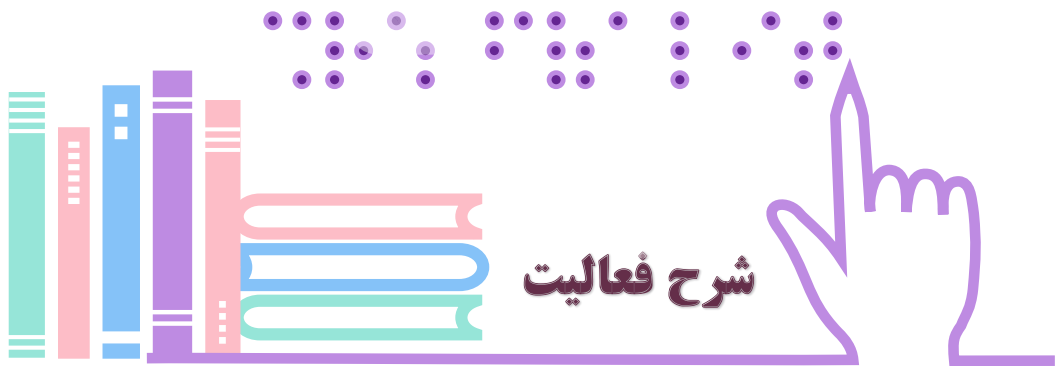
وسایل مورد نیاز: اسفنج، ۲ عدد ظرف، آب به میزان لازم، پیش بند.



نکات ایمنی:

- آب تمیز باشد تا در صورت تماس با دست کودک باعث ایجاد حساسیت نشود.
- اسفنج تمیز و نرم باشد.
- جنس ظرف شیشه‌ای نباشد.
- آب خیلی گرم و خیلی سرد نباشد. (ولرم باشد).





۱- ابتدا اسفنج و ظرف آب را در اختیار نوآموز قرار دهید تا آن را خوب واریسی کند، به نوآموز بگویید ظرف آب را بررسی کند و بگوید چه شکلی است. سپس در مورد برخی الفاظ مانند خشک، خیس، فشردن (چلانیدن) و... با او صحبت کنید.

۲- در ادامه ی فعالیت، اسفنج خشک را در اختیار نوآموز قرار دهید و عمل چلانیدن اسفنج را با او تمرین کنید.

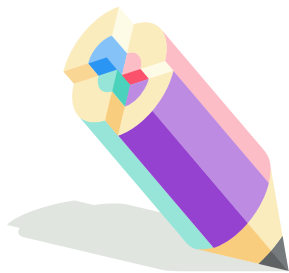
۳- پس از واریسی از نوآموز بخواهید اسفنج را در آب داخل ظرف فرو کند و بیرون بیاورد. (در این حالت کودک ویژگی جمع کردن آب توسط اسفنج را مشاهده و درک می کند.)

۴- سپس همین کار را با خیساندن اسفنج در آب انجام دهید و این بار عمل چلانیدن را بر روی اسفنج خیس تمرین کند.

۵- در مرحله آخر نوآموز را هدایت کنید تا با استفاده از اسفنج، آب درون یکی از ظرف ها را برداشته و در ظرف دیگر فشار دهد، تا آب ظرف خالی شود.

۶- می توانید با توجه به توانمندی نوآموز با زیادتر کردن میزان آب درون ظرف و یا با قرار دادن زمان برای انجام فعالیت کار را ادامه دهید.

نکته: با توجه به شرایط محیط مربی می تواند این فعالیت را در فضای خارج از کلاس یا خارج از مدرسه انجام دهد.



فعالیت های پیشنهادی

این فعالیت را در قالب روش های زیر می توانید، انجام دهید.

می توانید شعر زیر را هم همزمان با انجام بازی بخوانید:

اسفنج نازی دارم، برایش بازی دارم، اونو تو آب میدارم، بعد سریع درمیارم، ظرف رو باهاش می شورم، من از کثیفی دورم.

- در حالت گروهی این فعالیت، نوآموزان می توانند در اطراف یک تشت پرا ز آب بنشینند، سپس هر کدام از اعضای گروه در چهارچوب قوانین فعالیت تلاش کند تا آب را از تشت بزرگی به کمک اسفنج به داخل ظرفی که در کنارشان است منتقل کند. میزان آب منتقل شده تعیین کننده ی برندگان مسابقه است. برای ایجاد هیجان و رقابت، می توانید مقدار آب را بیشتر و اندازه اسفنج را کوچکتر در نظر بگیرید.

- این فعالیت را می توان در قالب مسابقه برگزار کرد. دو ظرف را از آب ولرم پر کنید و در فاصله ی معین در فضای مناسب قرار دهید، این فعالیت را به صورت انفرادی با در نظر گرفتن زمان و با استفاده از آهنگ موزیکال انجام دهید.

- می توانید دو سطل آب انتخاب کنید و یکی از سطل ها را با آب پر کرده و در مبدا بگذارید و سطل دیگر را خالی و در یک فاصله مشخص از سطل اول قرار دهید. به کودک بگویید با کمک این اسفنج آب های سطل اول را به سطل دوم منتقل کن. نوآموز باید اسفنج را در درون سطل اول قرار دهد و پس از خیس شدن آن را با سرعت هر چه تمام تر به سطل دوم رسانده و در آن فشرده کند تا آب جذب شده در اسفنج به سطل دوم بریزد. برای درک بهتر کودک از میزان تلاشش می توانید سطل ها را با کشیدن خطوطی برجسته درجه بندی کنید.

بهتر است، سن نوآموز در این فعالیت در نظر گرفته شود. هرچه سن نوآموز شما کمتر باشد، مقدار آب داخل سطل و فاصله بین دو سطل را از هم کم کنید و اگر نوآموز بزرگتر است، حجم آبی که در سطل ریخته می شود و فاصله بین سطل ها را از هم بیشتر کنید.

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۳ - مچاله کردن کاغذ



اهداف اصلی: تربیت و تقویت عملکرد عصب و عضله (کف دست و انگشتان)، تقویت حس لامسه، تقویت عملکرد جنبشی لمسی.



اهداف فرعی: تقویت مهارت‌های حرکتی دست جهت تشخیص بافت‌های مختلف، آماده سازی انگشتان برای چنگ زدن، گرفتن، جای گذاری و آماده سازی برای خواندن و نوشتن.



وسایل مورد نیاز: انواع کاغذ با ضخامت‌های متفاوت (نظیر روزنامه، کاغذهای کاهی، کاغذ معمولی و مقوا)



نکات ایمنی:

- در هنگام استفاده از کاغذهای نو با احتیاط کار شود. (به دلیل داشتن لبه های تیز)
- از کاغذهای کثیف و خیلی ضخیم استفاده نشود.





۱- ابتدا نوآموز را با مفهوم مچاله کردن، آشنا کنید و عمل مچاله کردن را به او نشان دهید.

۲- در شروع فعالیت، نوآموز کاغذ را با استفاده از هر دو دستش مچاله کند.

۳- سپس این کار را به کمک دست برترش انجام دهد.

۴- در صورت توانایی نوآموز، از او بخواهید کاغذ را به کمک دست غیر برتر مچاله کند.

نکته: در تمام این فعالیت‌ها ابتدا از دستمال، سپس روزنامه و کاغذهای کاهی و در نهایت از کاغذ معمولی و مقوا استفاده شود.



فعالیت های پیشنهادی

- مچاله کردن کاغذها و ساخت توپ‌های کاغذی: پرتاب کردن توپ‌های کاغذی در سبد، نشانه گرفتن بطری‌های خالی با توپ‌های ساخته شده، نشستن نوآموزان روبروی یکدیگر و پرتاب توپ‌های کاغذی به سمت هم و گرفتن آنها.
- فعالیت پیشنهادی در قالب کاردستی: ساخت توپ با کاغذهای رنگی در سایزهای متفاوت (خیلی ریز و درشت)، درست کردن کاردستی با توپ‌های ریز و درشت، طراحی و رنگ آمیزی با کاغذ مچاله شده و آبرنگ یا گواش.

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۴ - کار با لگو و چینه



اهداف اصلی: تقویت سر انگشتان دست، تقویت عملکرد حسی- لمسی دست و انگشتان، تقویت مهارت‌های حرکتی درشت، هماهنگی بین عصب و عضله، درک روابط فضایی.



اهداف فرعی: یادگیری مفاهیم برجستگی و فرورفتگی، توانایی حل مسئله و هوش فضایی، افزایش و پرورش حس خلاقیت، تقویت تمرکز و دقت، چفت کردن و بازکردن (یا جداسازی اشیاء)، تقویت توانایی در جابه جا کردن و روی هم قرار دادن وسایل.



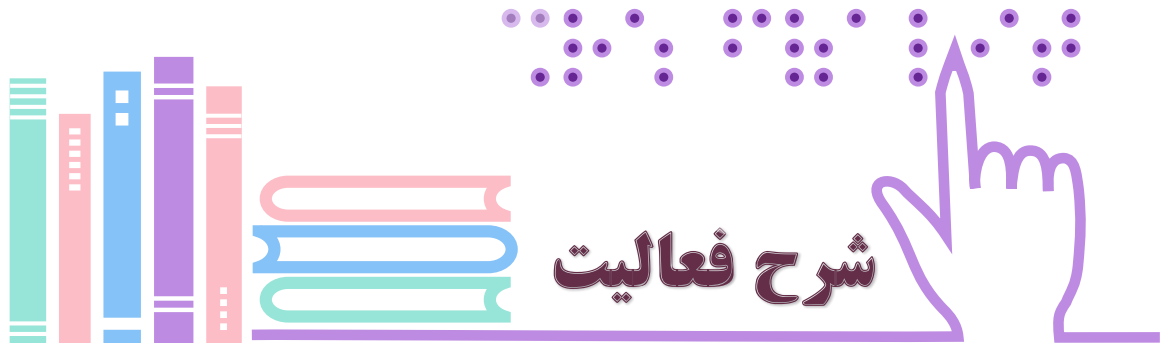
وسایل مورد نیاز: انواع لگو و چینه



نکات ایمنی:

- از لگوهای دارای استاندارد بهداشتی استفاده شود.
- از لگوهای خیلی کوچک و دارای لبه های تیز استفاده نشود.





۱- ابتدا لگوها را در ظرفی مشخص قرار دهید و کودک را از موقعیت آن مطلع کنید.

۲- سپس نوآموز لگو و چینه‌ها را از داخل ظرف بردارد و آنها را با دقت واریسی کند تا با روش استفاده از آنها آشنا شود.

۳- فعالیت را از لگوهای بزرگ شروع کنید، در ادامه از انواع کوچکتر آن استفاده نمایید.

۴- کودک با توجه به فرورفتگی‌ها و برجستگی‌ها، ابتدا لگوها و چینه‌ها را از هم باز کند و در مراحل بعد آنها را روی هم متصل (چفت) کند.

۵- بهتر است این فعالیت را ابتدا به صورت بی‌هدف و در قالب بازی، متصل (چفت) و سپس بصورت هدفمند (ساختمان سازی، پل سازی و سازه های مورد علاقه نوآموز) انجام دهید.



فعالیت های پیشنهادی

- ساختن شکل‌های مختلف، مانند الگوی داده شده به کودک، به صورت انفرادی در قالب مسابقه و بازی
- گفتن داستان و انجام بازی نمادین^۱ با استفاده از لگوها و چینه‌های دست‌ساز خود

۱- در بازی نمادین کودک با بهره‌گیری از تخیل، واقعیت اشیاء در دسترس را تغییر می‌دهد و به گونه‌ای با آنها برخورد می‌کند که گوئی واقعیت دارند.

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۵ - استوانه های اندازه گیری مونته سوری



اهداف اصلی: تقویت عملکرد حسی لمسی، هماهنگی عصب و عضله، تقویت مچ دست، هماهنگی نیمکره های مغز، مفهوم عمق، شناخت اندازه و طبقه بندی.



اهداف فرعی: افزایش تمرکز و دقت، حل مسئله، آشنایی و درک نظم و ترتیب، چیدن میله های چوبی براساس اندازه و رنگ، زمینه سازی برای نوشتن.



وسایل مورد نیاز: استوانه اندازه گیری مونته سوری (بلوک-های استوانه ای و پایه قرارگیری استوانه ها).

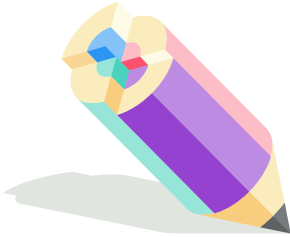


- نکات ایمنی:**
- از استوانه اندازه گیری با میله های خیلی کوچک و دارای لبه های تیز استفاده نشود.
 - میله های استوانه دارای استاندارد بهداشتی و قابل شستشو باشد.





- ۱- ابتدا استوانه اندازه‌گیری مونته‌سوری را در اختیار نوآموز قرار دهید، تا آن را بررسی کرده و از اجزای تشکیل دهنده‌ی آن (فرورفتگی، سائز میله‌ها و سایر جزئیات) آگاه شود.
- ۲- در ادامه یک استوانه‌ی چیده شده را جلوی نوآموز قرار دهید و جهت شناسایی بهتر عمق و سائز میله‌ها، در صورت لزوم دست خود را روی دست نوآموز قرار دهید و او را هدایت کنید.
- ۳- از نوآموز بخواهید تا میله‌ها را یکی یکی، با استفاده از انگشت شست و اشاره برداشته و در ظرفی که شما در سمت برتر او قرار داده اید، بگذارد. (در انجام این فعالیت بر استفاده از هر دو دست نوآموز تاکید شود).
- ۴- پس از آن که نوآموز مراحل برداشتن میله‌ها را به صورت بی‌هدف و سپس هدفمند (مفاهیم کوتاه، بلند و...) به طرز صحیح انجام داد، از او بخواهید میله‌های برداشته شده را در جای مناسب خود قرار دهد.

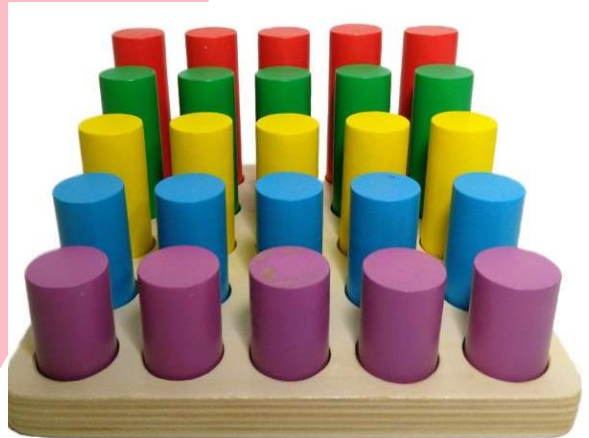
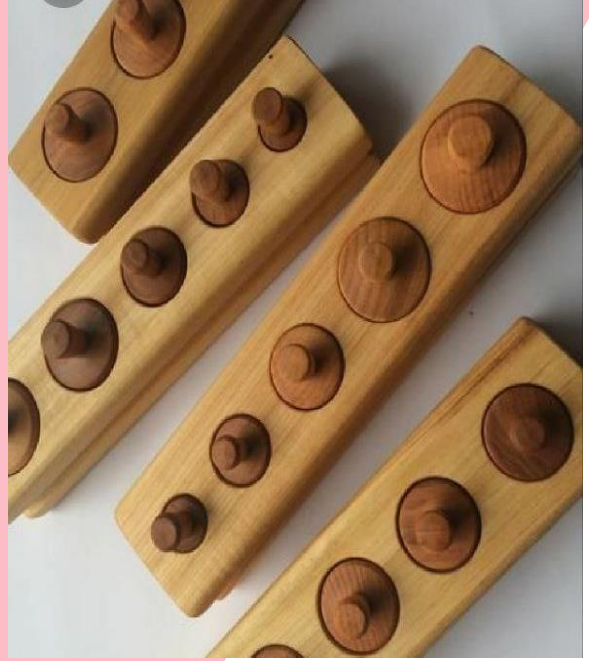


فعالیت های پیشنهادی

- فرو بردن میله و نی در یونولیت و خمیر بازی
- انجام مسابقه بصورت انفرادی و گروهی (چیدن استوانه‌ها باتوجه به مفاهیم اولیه اندازه و رنگ در فرورفتگی‌ها)



تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۶ - جداسازی حبوبات



اهداف اصلی: تقویت و تربیت گیرنده‌های حسی - لمسی سر انگشتان دست، هماهنگی عصب و عضله، تقویت تمرکز و توجه، آموزش مفهوم طبقه بندی و جداسازی.



اهداف فرعی: شناخت انواع مختلف حبوبات، زمینه سازی برای خواندن و نوشتن.



وسایل مورد نیاز: انواع حبوبات، ظرف با دهانه مختلف، سینی.



نکات ایمنی:

در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فرو بردن حبوبات به دهانش توضیح دهید. مراقب باشید آنها را در دهان، گوش و بینی خود فرو نکنند.



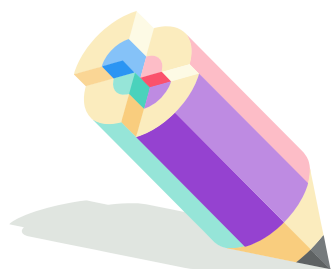


۱- ابتدا ظرف حبوبات را در اختیار نوآموز قرار داده تا انواع حبوبات داخل آن را بررسی کند. سپس در مورد نام و خصوصیات آنها با نوآموز صحبت کنید.

۲- آموزش را با دو نوع مخلوط با تعداد کم و اندازه درشت شروع کنید. در ادامه‌ی آموزش نوع، اندازه و تعداد حبوبات را تغییر داده و از حبوبات ریزتر استفاده کنید. (تا جایی که کودک بتواند ارزن، ماش و... را ازهم تشخیص دهد).

۳- از نوآموز بخواهید تا حبوبات را با دو انگشت اشاره و شست جدا کرده و هرکدام را در ظرف مخصوص خود قرار دهد.

۳- برای انجام این کار بهتر است ابتدا از ظرف با دهانه باز و سپس دهانه تنگ‌تر استفاده کنید، تا نوآموز تنها از دو انگشت اشاره و شست خود در جدا سازی استفاده کند. فعالیت را با توجه به ظرفیت، حوصله و توان نوآموز در نظر بگیرید تا کار برای او خوشایند و لذت بخش باشد.



فعالیت های پیشنهادی

- ساخت کاردستی و کلاژ
- چیدن افقی و عمودی حبوبات روی خط یا دور اشکال
- ساخت موسیقی با تکان دادن ریتمیک حبوبات درون بطری
- برگزاری مسابقه و ...

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۷ - نخ کردن مهره



اهداف اصلی: هماهنگی حرکتی بین عصب و عضله، تقویت عملکرد حسی-لمسی، تقویت مهارت‌های حرکتی ظریف مچ و انگشتان دست، درک روابط فضایی، دقت و تمرکز، شناخت اشکال، الگویابی.



اهداف فرعی: آموزش مهارت طبقه بندی و سازماندهی، زمینه سازی برای نوشتن، آشنایی با مفهوم شمارش.



وسایل مورد نیاز: مهره‌های تویی، چهار گوش و سه گوش، لیوانی (استوانه ای) در اندازه‌ها و رنگ‌های مختلف و داری سوراخ‌های بزرگ و کوچک. سیم پلاستیکی، نخ مکرومه، بندکفش، روبان و نخ‌های رنگی. ظرف و سینی مناسب برای نگهداری و حمل مهره‌ها.



نکات ایمنی:

- در مورد فرونبردن مهره‌ها به داخل دهان در ابتدای کار به نوآموز توضیح دهید و مراقب فرو بردن مهره‌ها به داخل دهان، گوش و بینی اش باشید.
- مهره‌ها باید قابل شستشو و ضدعفونی باشد. (به علت آن که ممکن است نوآموز مهره را به دهان خود ببرد.)





۱- ابتدا فعالیت را برای دانش آموز شرح بدهید و اجازه دهید تا مهره، نخ و گرهی انتهایی آن را به خوبی واری کرده و در جریان مراحل کار قرار بگیرد.

۲- سپس با توجه به توانایی نوآموز نخ را در اختیارش قرار دهید. (در صورت نیاز از نخ‌های نایلونی استفاده شود).

۳- با توجه به مراحل تحول ادراک شکل، به ترتیب مهره‌های توپی، لیوانی، چهار گوش و سه گوش را در اختیار نوآموز قرار دهید. در نهایت می‌توانید به سراغ مهره‌های ترکیبی بروید.

۴- به نوآموز کمک کنید تا نخ را از سوراخ مهره‌ها عبور دهد. برای انجام این فعالیت، نوآموز باید مهره را با دست برتر و نخ را با دست غیر برتر خود نگه دارد. تمرین کسب مهارت نخ کردن مهره را گام به گام و در کمال آرامش با نوآموز تمرین کنید. (به او بگویید در هر مرحله چه قسمت‌هایی از دست‌ها و انگشتانش درگیر هستند).

۵- ابتدا از مهره‌های بزرگ شروع کرده و به تدریج مهره‌ها را کوچک‌تر کنید.

۶- در ابتدای آموزش از دو نوع مهره استفاده کنید و در ادامه تعداد و نوع مهره‌ها را بیشتر کنید. برای نمونه طبق شکل و اندازه به ترتیب نخ کنند.

۷- کودک ابتدا مهره‌ها را بدون هدف و سپس مهره‌ها را طبق الگوی مربی نخ کند.



فعالیت‌های پیشنهادی

- ساخت کاردستی و نخ‌کردنی‌های مختلف با توجه به توان و خلاقیت نوآموز با کمک و همراهی مربی (به عنوان نمونه دستبند، گردنبند، تسبیح، آویز و...)

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۸ - کارت دوخت



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت و تربیت گیرنده های حسی - لمسی سر انگشتان دست، افزایش دقت و تمرکز، تقویت و تکامل مهارت های حرکتی ظریف.



اهداف فرعی: دست ورزی، افزایش قدرت تجزیه و تحلیل، تثبیت مفاهیم زیر و رو، یادگیری مفاهیم ساده ی ریاضی (دور شکل یا محیط و...).



وسایل مورد نیاز: انواع صفحه دوخت (اسفنجی، مقوایی، فومی، پلاستیکی و چوبی)، سوزن بزرگ و مناسب، سیم مفتولی (پلاستیکی) و قابل انعطاف، کاموا، نخ.



نکات ایمنی:

- نوک سوزن یا لبه ی کارت دوخت را بررسی کنید تا از سالم بودن آن اطمینان حاصل کنید و لبه یا نوک آن تیز و شکسته نباشد.





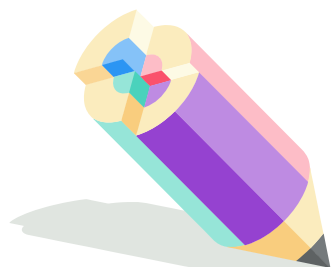
۱- ابتدا کارت دوخت و نخ و سوزن را در اختیار نوآموز قرار دهید تا از طریق واریسی به اجزای تشکیل دهنده آن پی ببرد.

در مورد انواع نخ، کارت دوخت و سوراخ‌های (فرورفتگی) روی کارت دوخت به او توضیح دهید.

۲- با شروع فعالیت: در مورد نحوه‌ی کار با کارت دوخت برای کودک توضیح دهید، نوآموز باید بتواند نخ یا سوزن را از سوراخ‌ها رد کند.

برای انجام این فعالیت، نوآموز ابتدا باید کارت دوخت را در دست غیر برتر خود نگه داشته و سوراخ را پیدا کند. سپس با دست برتر سوزن یا نخ را از سوراخ عبور داده و از سمت دیگر آن را بیرون بیاورد.

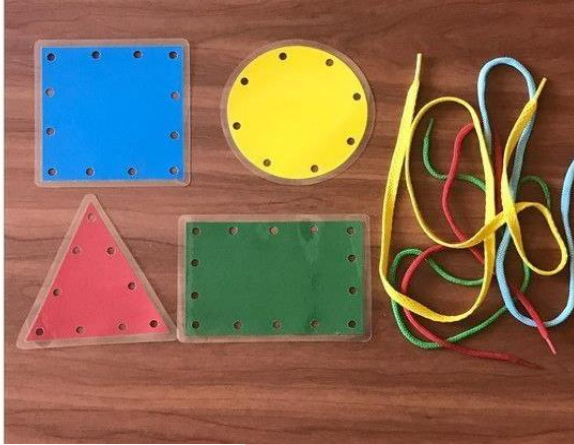
۳- بهتر است در ابتدای کار از کارت‌های دوخت با تعداد سوراخ‌های کم استفاده کنید. (در صورت عدم توانایی نوآموز، می‌توان از کارت‌های دست ساز مقوایی با دو سوراخ استفاده کرد).



فعالیت‌های پیشنهادی

- کاردستی: ساخت کارت دوخت دست ساز با کمک و همراهی معلم و دوخت به کمک سیم مفتولی (پلاستیکی)، کاموا، بندکفش، روبان، نخ مکرومه، نخ نایلونی مخصوص جعبه‌های شیرینی و...
- برگزاری مسابقه

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۹ - پیچیدن نخ دور قرقره



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت گیرنده‌های حسی لمسی سرانگشتان دست، تقویت هوش فضایی، افزایش دقت و تمرکز، بهبود عملکرد دو نیمکره‌ی مغز و افزایش هماهنگی بین آن‌ها.



اهداف فرعی: مفهوم چرخاندن (دور)، بالابردن مهارت چرخش دست‌ها خلاف جهت هم، دست‌ورزی، افزایش قدرت تجزیه و تحلیل.



وسایل مورد نیاز: انواع کاموا و نخ، قرقره‌ی بزرگ، ماسوره‌ی خیاطی.



نکات ایمنی:

- در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فروبردن ماسوره به دهانش توضیح دهید. مراقب باشید آنها را در دهان خود فرو نکند.
- لبه‌ی قرقره را بررسی کنید که تیز و شکسته نباشد.
- به نکات بهداشتی در حین کار توجه شود.





۱- ابتدا انواع نخ و قرقره را در اختیار نوآموز قرار دهید تا آنها را خوب واریسی کند. در مورد قرقره‌ها، انواع نخ و برخی الفاظ مورد استفاده مانند: پیچیدن، دور و ... با نوآموز صحبت کنید.

۲- مراحل آموزش باز کردن و پیچیدن نخ به دور قرقره به شرح زیر است.

مرحله ی اول: باز کردن کاموا و سپس پیچیدن نخ از دور قرقره با انگشت اشاره و شست

مرحله دوم: پس از تسلط بر مرحله قبل، پیچیدن کاموا و سپس نخ به دور قرقره با انگشت اشاره و شست

برای تسهیل آموزش می‌توانید مراحل زیر را انجام دهید:

برای انجام این فعالیت، نوآموز ابتدا قرقره را در دست غیر برتر خود نگه دارد و نخ را با دو انگشت شست و اشاره دست برتر کنترل کند. سپس با چرخش دست، نخ را به دور قرقره بپیچد.

نکته: در ابتدای فعالیت از قرقره‌ی بزرگ و نخ کوتاه استفاده کنید. با توجه به سطح توانمندی نوآموز می‌توانید طول نخ را افزایش دهید.



فعالیت های پیشنهادی

- مسابقه‌ی پیچیدن نخ دور قرقره یا وسیله‌ی انتخاب شده با در نظر گرفتن زمان (هرکس طول نخ پیچیده شده اش بیشتر باشد، برنده است)
- درست کردن کاردستی با کمک مربی مثل گل، درخت و...

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۰ - باز و بسته کردن پیچ و مهره



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت و تربیت گیرنده های حسی - لمسی سر انگشتان دست، افزایش دقت و تمرکز، مهارت باز کردن و بستن پیچ و مهره.



اهداف فرعی: بالابردن مهارت چرخش دست‌ها خلاف جهت هم، یادگیری مفهوم انطباق، دست ورزی، افزایش قدرت تجزیه و تحلیل، بهبود عملکرد دو نیمکره ی مغز و افزایش هماهنگی بین آن‌ها.



وسایل مورد نیاز: پیچ و مهره در اندازه‌های مختلف، انواع بطری دردار.



نکات ایمنی:

- در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فروبردن مهره‌ها به دهانش توضیح دهید.
- از پیچ و مهره‌های دارای لبه‌های تیز یا شکسته استفاده نشود.
- به نکات بهداشتی (شستشوی مهره‌ها پس از هر بار استفاده) توجه شود.





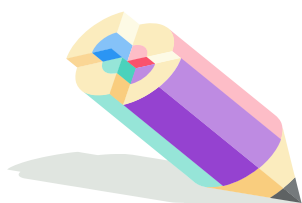
۱- ابتدا تعدادی از پیچ و مهره‌ها را در ظرفی ریخته و در اختیار نوآموز قرار دهید تا از طریق واریسی با اجزای تشکیل شده آنها آشنا شود. در مورد انواع پیچ و مهره، نحوه باز و بسته شدن آنها، تشابه ساختار داخلی (گرد بودن) و تفاوت شکل سرپیچ‌ها با او صحبت کنید.

۲- برای شروع آموزش از پیچ و مهره‌هایی با اندازه‌های بزرگ استفاده کنید، پس از تسلط کافی، پیچ و مهره‌هایی در اندازه‌های کوچک‌تر در اختیار نوآموز قرار دهید و از او بخواهید پیچ را با انگشت اشاره، شست و میانی باز کند.

هنگام کار با پیچ و مهره، پیچ ثابت و در دست غیر برتر و مهره در دست برتر قرار گیرد.

۳- پس از تسلط در بازکردن پیچ و مهره، به نوآموز نحوه‌ی بستن پیچ و مهره را آموزش دهید.

نکته: در مراحل ابتدایی آموزش، بدن نوآموز بهترین مبدا برای جهت بستن و باز کردن پیچ و مهره است. به این صورت که در هنگام باز کردن به سمت بدن و در هنگام بستن به سمت مقابل چرخش صورت گیرد.



فعالیت های پیشنهادی

- مسابقه باز و بسته کردن و پیچ و مهره‌های پلاستیکی
- ساخت کاردستی

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۱ - باز و بسته کردن زیپ



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت گیرنده‌های حسی لمسی سرانگشتان دست، بهبود عملکرد دو نیمکره‌ی مغز و افزایش هماهنگی بین آن‌ها، تقویت هوش فضایی، افزایش دقت و تمرکز.



اهداف فرعی: مفهوم باز و بسته، کسب مهارت‌های خودیاری در پوشیدن لباس و استفاده از کیف.



وسایل مورد نیاز: انواع زیپ، جلیقه مونته سوری.



نکات ایمنی:

- هنگام باز و بسته کردن زیپ لباس مراقب پوست بدن نوآموز باشید.





شرح فعالیت

- ۱- ابتدا یک زیپ بسته و سپس یک زیپ باز را در اختیار نوآموز قرار دهید تا آن را خوب واری کند. در مورد بخش‌های مختلف زیپ با نوآموز صحبت کنید و توضیح دهید که هریک از آن‌ها در باز و بسته شدن زیپ نقش دارند.
- ۲- کار را با زیپ‌های ثابت شروع کنید، با یک دست قسمت پایین زیپ را بگیرید. با دست دیگر تان دست نوآموز را گرفته و با کمک هم ابتدا زیپ را باز کنید و سپس ببندید. به مرور میزان کمک را کمتر کنید تا نوآموز به تنهایی فعالیت را انجام دهد.
- نکته: بهتر است کار را با زیپ‌های پلاستیکی و بزرگ شروع کنید و سپس با زیپ‌های کوچک‌تر مثل زیپ کیف تمرین را دنبال کنید. در ادامه برای تمرین بیشتر از زیپ شلوار، دامن و..... استفاده کنید.
- ۳- در نهایت سراغ بستن زیپ‌هایی که نیاز به جفت کردن دو سر زیپ دارد، (بطور مثال کاپشن) بروید. پس از آن که توضیحات اولیه به نوآموز داده شد، با نگه داشتن دست‌های تان در انتهای لباس و یا پایه‌ی زیپ به او کمک کنید تا بخش کشویی و زبانه‌ی زیپ را در هم جا بیندازد و به این ترتیب زیپ را ببندد. به مرور میزان کمک‌های خود را کمتر کنید تا زمانی که بتواند به طور مستقل لباس‌های زیپ دار خود را بپوشد.
- نکته: بهتر است ابتدا نوآموز روی لباسی که جلوی او قرار دارد، فعالیت را انجام دهد. در آخر با کاپشن یا هر لباس مناسب دیگر، که تن نوآموز و یا فرد دیگری است، این تمرین انجام شود.



فعالیت های پیشنهادی

- جلیقه‌های مونته‌سوری (قاب لباس تک مهارتی زیپ)، بازی با جامدادی زبیری دست ساز، گذاشتن و برداشتن وسیله از جامدادی زیپ دار یا کیف و...

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۲ - باز و بسته کردن دکمه



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت گیرنده‌های حسی لمسی سرانگشتان دست، بهبود عملکرد دو نیمکره‌ی مغز و افزایش هماهنگی بین آن‌ها، تقویت هوش فضایی، افزایش دقت و تمرکز.



اهداف فرعی: مفاهیم ترتیب، باز و بسته، بالا و پایین و زیر و رو، کسب مهارت‌های خودیاری.



وسایل مورد نیاز: دکمه، پارچه‌ی ضخیم، جلیقه مונته سوری، لباس دکمه دار، در صورت لزوم کارگاه.



نکات ایمنی:

- در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فرو بردن دکمه‌ها به دهانش توضیح دهید. مراقب باشید آنها را در دهان، گوش و بینی خود فرو نکند.





۱- ابتدا انواع دکمه‌ها (فلزی، فشاری، قابل‌م‌های، مخفی، پایه‌دار و...) را به نوآموز نشان دهید و اجازه دهید تا از طریق واری با نحوه‌ی قرار گرفتن دکمه‌ها آشنا شود.

۲- مراحل آموزش باز کردن و بستن دکمه را به شکل زیر انجام دهید:

مرحله‌ی اول: پیدا کردن جادکمه (با استاده از دست برتر)

مرحله‌ی دوم: پیدا کردن دکمه

مرحله‌ی سوم: باز کردن جا دکمه و عبور دکمه از جا دکمه هنگام باز کردن و بستن

برای تسهیل آموزش می‌توانید مراحل زیر را انجام دهید:

- یک پارچه‌ی ضخیم و محکم، تهیه کنید و روی آن سوراخی شبیه جا دکمه، ایجاد کنید و یک دکمه درشت نیز در اختیار نوآموز قرار دهید. به او کمک کنید، جا دکمه را پیدا کند و در حالی که با یک دست پارچه را نگه داشته و با دست دیگر دکمه دوخته نشده را از سوراخ پارچه رد کند. و سپس بیرون آورد.
- تمام این مراحل را می‌توانید با کارگاه گلدوزی انجام دهید و پارچه‌ی مورد نظر را روی آن ثابت کنید.
- درنهایت، بازکردن و بستن دکمه را روی لباس عروسک و لباسی که تن خودکودک است، انجام دهید.
- درصورت نیاز، با دکمه و جا دکمه‌ی بزرگ و سپس با دکمه و جا دکمه‌ی کوچک تمرین و تکرار کنید.



فعالیت‌های پیشنهادی

- شعر، داستان، مسابقه باز و بسته‌کردن دکمه، مسابقه‌ی جدا کردن دکمه‌های مثل هم، ساخت کاردستی دکمه‌ای و...

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۳ - کاغذ و برش



اهداف اصلی: تقویت لامسه، دست ورزی، تربیت و تقویت عملکرد عصب و عضله، افزایش دقت و تمرکز.



اهداف فرعی: تقویت مهارت انگشتان، پرورش خلاقیت، تقویت و آمادگی برای مهارت نوشتن.



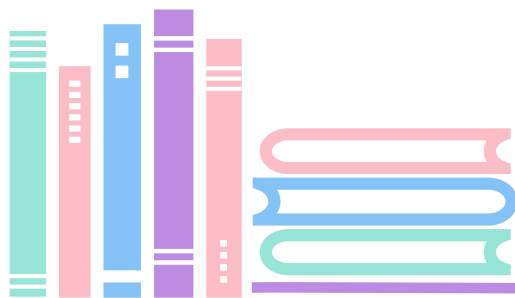
وسایل مورد نیاز: کاغذ، قیچی نوک گرد، رولت، انواع کاغذ با ضخامت‌های مختلف.



نکات ایمنی:

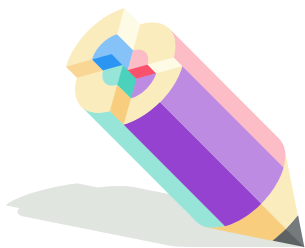
- هنگام کار با قیچی، حتما بر کار کودکان نظارت داشته باشند.
- بهتر است از قیچی‌هایی با نوک گرد استفاده شود؛ زیرا قیچی‌های نوک تیز ممکن است برای کودکان خطرناکی ایجاد کنند.
- طرز صحیح استفاده از قیچی را به کودکان آموزش دهید، سپس قیچی را در اختیار کودک بگذارید.
- از کودکان بخواهید از پرت کردن قیچی خودداری کنند.
- در هنگام استفاده از کاغذهای نو با احتیاط کار کنید. (به دلیل داشتن لبه‌ی تیز)





شرح فعالیت

- ۱- ابتدا وسایلی نظیر قیچی، انواع کاغذ با ضخامت مختلف، رولت و ... را در اختیار نوآموز قرار می‌دهیم تا آن را خوب واریسی کند و با روش استفاده از آنها آشنا شود.
- ۲- در مرحله بعد نحوه‌ی بریدن کاغذ را برای نوآموز شرح دهید.
- ۳- با شروع فعالیت، نوآموز فعالیت‌هایی نظیر پاره کردن، خرد کردن و ریز کردن کاغذ را با دست انجام دهد.
- ۴- سپس قیچی را در دست گرفته و باز و بسته کند.
- ۵- کاغذ را بصورت بی‌هدف ببرد.
- ۶- در صورت توانمندی، از نوآموز بخواهید کاغذ را در امتداد خط راست برش بزند.
- ۷- می‌توانید از نوآموز بخواهید در حد توان خود خطوط منحنی و اشکال هندسی را برش بزند و آنها را بر روی کاغذ بچسباند. (می‌توانید به او در انجام این کار کمک کنید).



فعالیت های پیشنهادی

با توجه به توانمندی کودک می‌توانید از موارد زیر برای تسهیل آموزش استفاده کنید:

- تا کردن کاغذ (به صورت عمودی، افقی و قطری) و سپس بریدن مسیر تا شده
- برش مسیر رولت شده با دست و قیچی
- چسباندن کاغذ و ساختن کار دستی
- ورق زدن کاغذ
- گذاشتن کاغذ در کاور و پوشه دکمه‌ای

نکته: تمام فعالیت های خواسته شده، ابتدا با کاغذ هایی با ضخامت معمولی و در صورت امکان با کاغذ هایی با ضخامت بیشتر (کاغذ بریل، مقوای نازک و...) انجام شود.

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۴ - کار با انواع کارت های لمسی



اهداف اصلی: تقویت حس لامسه دست، تقویت حافظه لمسی، افزایش دقت لمسی، تشخیص جنس‌های مختلف، تشخیص تفاوت‌ها و شباهت‌ها، تشخیص مفاهیمی چون زبری، نرمی، ضخامت و لطافت.



اهداف فرعی: مهارت طبقه بندی و سازماندهی، درک مفهوم مثل هم، ترتیب و توالی.



وسایل مورد نیاز: کارت‌های لامسه، پارچه و سمباده ای در انواع مختلف.



نکات ایمنی:

- زمانی که کارت سمباده را در اختیار کودک قرار می‌دهید، احتیاط کنید که بخاطر تدافع لمسی یا آستانه تحریک پایین سرانگشتان، بر اثر لمس مکرر سرانگشتان نوآموز آسیب نبینند.





۱- مرحله اول: تطابق

کارت‌های پارچه‌ای هم‌اندازه، با جنس‌های متفاوت (مخل، ساتن، پشم، کتان، پارچه‌های راه راه، صاف و...) را در اختیار کودک قرار دهید.

بهبتر است از هر کارت دو عدد داشته باشید. می‌توانید از نوآموز بخواهید پارچه‌های مثل هم را کنار یا روی هم قرار دهد. (این کار ابتدا با انواع کم‌تر و سپس با کارت‌های بیشتری انجام شود.)

از نوآموز بخواهید تا به کارتی که در اختیارش قرار گرفته است، توجه کند و مثل آن را پیدا کند. یک بار کارت زبر و بار دیگر کارت نرم را نشان دهید و عبارت «این مثل این است» را به کار ببرید.

نکته: کارت پارچه‌ای به خاطر احساس خوشایندی که در نوآموز ایجاد می‌کند، در اولویت است. سپس انواع کارت‌های سمباده را در اختیار کودک قرار دهید.

۲- مرحله دوم: شناسایی

پس از آشنایی کامل با کارت پارچه و سمباده، هر دو نوع کارت را همزمان در اختیار نوآموز قرار دهید تا جنس آن را بیان کند. بعد از آن که نوآموز کارت‌ها را با هم تطابق داد و کارت مورد نظر را پیدا کرد او را تشویق کنید و سپس بگویید: «این کارت زبره یا نرمه که به من دادی؟»

۳- مرحله سوم: تشخیص

در مرحله تشخیص بدون نشان دادن نمونه به نوآموز، فقط از او بخواهید کارت زبر و نرم را به شما بدهد.

در این مرحله می‌توانید متناسب با توانایی کودک کارت‌ها را به بیش از چهار کارت افزایش دهید.

نکته: در صورتی که از کارت‌های لامسه چهارتایی (سمباده یا پارچه) استفاده می‌کنید، یا می‌خواهید این کارت‌ها را بسازید، بهتر است انجام فعالیت به صورت گام به گام صورت بگیرد.

گام اول: تمام کارت‌ها مشابه هم باشند.

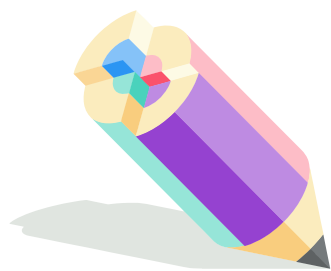
گام دوم: سه کارت اول مشابه هم و کارت آخر متفاوت باشد.

گام سوم: کارت‌ها دو به دو مشابه هم باشند.

گام چهارم: کارت اول یک جنس و سه کارت بعدی متفاوت باشد.

۴- مرحله چهارم: تعمیم

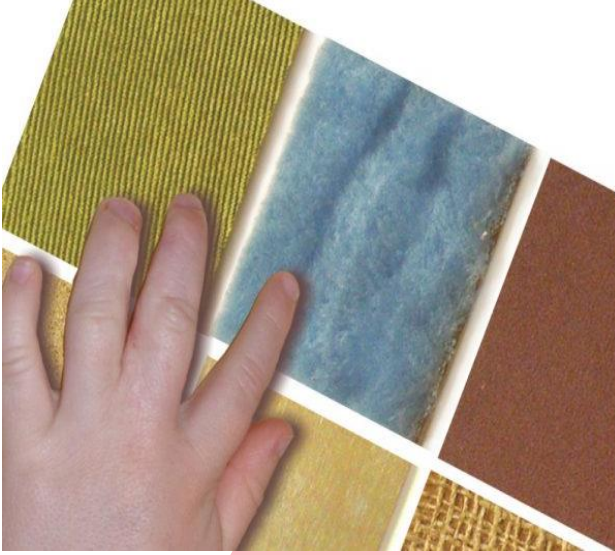
اشیای زبر و نرمی که در محیط پیرامونش است را نام ببرد



فعالیت های پیشنهادی

- نوآموز با مقایسه کردن کارت ها با هر کدام از پوشش های عروسک (بلوز، شلوار، پیراهن و..)، کارت مشابه آن را پیدا کند.
- استفاده از توپ های لمسی با جنس های مختلف و پازل های پارچه ای، دنبال کردن انواع پارچه ها یا نوار های سمباده ای چسبانده شده روی مقوا یا پارچه، تمامی این فعالیت ها می توانند در راستای تسهیل و تثبیت یادگیری مفید باشند.

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۵ - شادی سوزنی



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت و تربیت گیرنده های حسی-لمسی سر انگشتان دست، تثبیت مفاهیم پایه ای ریاضی، افزایش دقت و تمرکز.



اهداف فرعی: تقویت هوش فضایی، زمینه سازی برای خط بردن، زمینه سازی برای خواندن و نوشتن، بهبود عملکرد دو نیمکره ی مغز و افزایش هماهنگی بین آن ها، مهارت چیدن مهره ها در یک ردیف و ستون، درک مفاهیم ردیف و ستون، الگویابی.



وسایل مورد نیاز: شادی سوزنی، مهره ها و ظرف مناسب.



نکات ایمنی:

- در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فروبردن مهره ها به دهانش توضیح دهید. مراقب باشید آن ها را در دهان، گوش و بینی خود فرو نکنند.
- از لوح و مهره های دارای لبه های تیز یا شکسته استفاده نشود.
- به نکات بهداشتی (شستشوی مهره ها پس از هر بار استفاده) توجه شود.





۱- ابتدا صفحه‌ی شادی‌سوزنی و مهره‌های مورد نظر را در اختیار نوآموز قرار دهید، تا از طریق واریسی با اجزای تشکیل دهنده‌ی آن آشنا شود.

۲- شادی‌سوزنی چیده شده توسط مربی را در اختیار نوآموز قرار دهید و از او بخواهید، مهره‌ها را یکی‌یکی بردارد و در ظرف قرار دهد. (ابتدا برای آموزش از مهره‌های بزرگ و سپس از مهره‌های کوچک استفاده شود).

۳- در مرحله‌ی بعد نوآموز مهره‌ها را ب هدف در لوح قرار دهد، سپس این کار را با دستور مربی به صورت هدفمند (چپ به راست، راست به چپ، بالا به پایین و پایین به بالا) ادامه دهد.

نکته: در چیدن مهره‌های شادی‌سوزنی این نکته بسیار مهم و دارای اهمیت است که نوآموز مهره را با دست غالب بردارد و با انگشت اشاره‌ی دست غیر غالب، خانه‌ی خالی را پیدا کند و مهره را به درستی در جای خود قرار دهد.

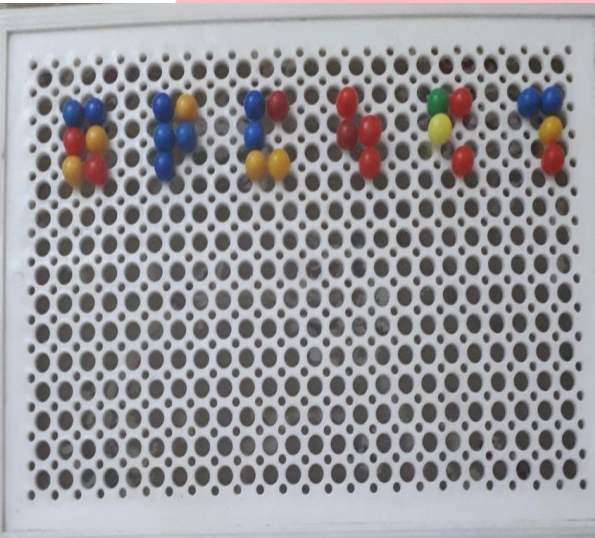
۴- از نوآموز بخواهید از روی ردیف‌های چیده شده خط ببرد.



فعالیت‌های پیشنهادی

- چینش مهره‌های شادی‌سوزنی طبق الگوی شش نقطه
- بازی بگرد و پیدا کن شبیه مهره نمونه
- زود و تند و سریع بچین طبق الگو
- نقاشی ساده با لوح (خانه، درخت و...)
- درست کردن اشکالی مانند مربع و مستطیل و سه گوش

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۶ - لوح مکعبی



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت و تربیت گیرنده های حس-لمسی سر انگشتان دست، تشخیص برجستگی ها، تثبیت مفاهیم پایه ای ریاضی.



اهداف فرعی: تقویت هوش فضایی، زمینه سازی برای خواندن و نوشتن، افزایش دقت و تمرکز، آشنایی با درک نظم و ترتیب.



وسایل مورد نیاز: تافل (لوح) مکعبی، مهره و ظرف مناسب.



نکات ایمنی:

- در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فروبردن مهره ها به دهانش توضیح دهید.
- مراقب باشید آن ها را در دهان، گوش و بینی خود فرو نکنند.
- از لوح و مهره های دارای لبه های تیز یا شکسته استفاده نشود.
- به نکات بهداشتی (شستشوی مهره ها پس از هر بار استفاده) توجه شود.





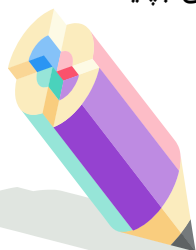
۱- ابتدا لوح مکعبی و مهره‌های مورد نظر را در اختیار نوآموز قرار دهید، تا از طریق واریسی به اجزای تشکیل دهنده ی آن واقف شود.

۲- یک نمونه لوح مکعبی چیده شده توسط مربی را در اختیار نوآموز قرار دهید و از او بخواهید، مهره‌های مکعبی را بردارد و در ظرف قرار دهد.

۳- در مرحله بعد نوآموز مهره‌ها را بی‌هدف در جایگاه خود قرار دهد، سپس این کار را به صورت هدفمند (راست به چپ، چپ به راست، بالا به پایین و پایین به بالا) ادامه دهد.

نکته: درچیدن مهره‌های تافل مکعبی این نکته بسیارمهم و دارای اهمیت است که نوآموز مهره را با دست غالب بردارد و با انگشت اشاره‌ی دست غیرغالب، خانه ی خالی را پیدا کند و مهره را به درستی در جای خود قرار دهد.

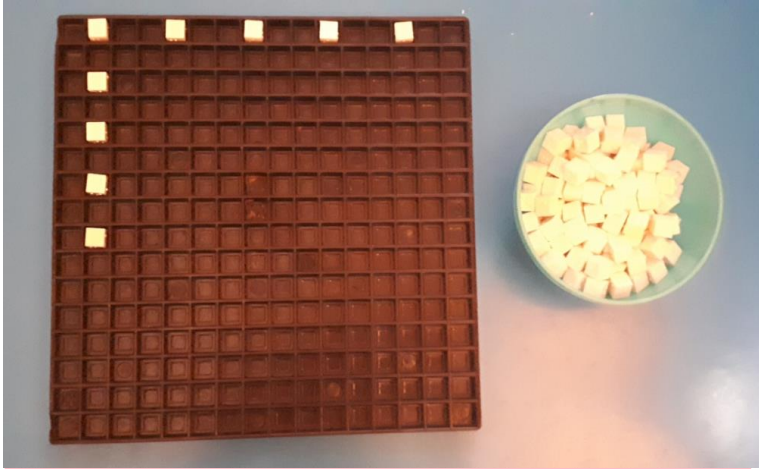
۴- در ادامه می‌توانید از نوآموز بخواهید مهره‌ها را با دقت بررسی کند و آنها را طوری بچیند که قسمت بالایی مهره یک، یا چند نقطه ای (به درخواست مربی) باشد.



فعالیت‌های پیشنهادی

- چیدن مهره‌های مکعبی به صورت یکی درمیان، دو تا در میان و... به درخواست مربی
- درست کردن اشکالی مانند مربع و مستطیل و سه گوش
- بازی بگرد و شبیه مهره نمونه را پیدا کن.
- اجرای مسابقه: طبق الگو داده شده، نوآموز مکعب‌ها را بچیند.
- رسم نقاشی ساده با لوح (خانه، درخت و...)

تصاویر انجام فعالیت



فعالیت ۱۷ - کار با تافل های کیت لامسه



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت و تربیت گیرنده های حسی - لمسی سر انگشتان دست، زمینه سازی برای خواندن و نوشتن، افزایش دقت و تمرکز، تشخیص نقاط پر و خالی.



اهداف فرعی: تثبیت مفاهیم پایه ای ریاضی، تقویت هوش فضایی، بهبود عملکرد دو نیمکره ی مغز و افزایش هماهنگی بین آن ها، افزایش قدرت تجزیه و تحلیل.



وسایل مورد نیاز: تافل فومی (مغناطیسی)، تافل چوبی بزرگ، تافل چوبی کوچک (صندوقچه ای)، مهره ها، ظرف مناسب.



نکات ایمنی:

- در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فروبردن مهره ها به دهانش توضیح دهید. مراقب باشید آن ها را در دهان، گوش و بینی خود فرو نکنند.
- از لوح و مهره های دارای لبه های تیز یا شکسته استفاده نشود.
- به نکات بهداشتی (شستشوی مهره ها پس از هر بار استفاده) توجه شود.





۱- ابتدا صفحه‌ی تافل فومی و مهره‌های مغناطیسی را در اختیار نوآموز قرار دهید، تا از طریق واریسی با اجزای تشکیل دهنده‌ی آن آشنا شود.

۲- تافل فومی را بچینید و آن را جلوی نوآموز قرار دهید.

نقاط را با جهت بخوانید. (چپ بالا، چپ وسط، چپ پایین، راست بالا، راست وسط، راست پایین).

به نوآموز یادآوری کنید که خواندن نقاط را از سمت چپ شروع کند و از دو دست و هشت انگشت خود، استفاده نماید. سپس از او بخواهید، نقاط چیده شده را بدون کمک و با جهت بخواند.

۳- بعد از آنکه نوآموز، خواندن شش نقطه را به درستی یاد گرفت، با حذف نقاط، سایر حالتها را نیز تمرین کنید.

الف) حذف یک نقطه: در حذف یک نقطه، بهتر است از حذف نقطه‌ی راست وسط (۵) شروع کنیم و سپس به ترتیب نقاط:

- چپ وسط (۲)
- راست پایین (۶)
- چپ پایین (۳)
- راست بالا (۴)
- و در آخر نقطه چپ بالا (۱) حذف شود.

ب) حذف دونقطه:

- ابتدا چپ وسط (۲) و راست وسط (۵)
- راست پایین (۶) و چپ پایین (۳)
- چپ بالا (۱) و راست بالا (۴)
- چپ وسط (۲) و چپ پایین (۳)
- راست وسط (۵) و راست پایین (۶)



شرح فعالیت

- راست بالا (۴) و راست وسط (۵)
- چپ وسط (۲) و راست بالا (۴)
- چپ وسط (۲) راست پایین (۶)
- و بعد از آن هر نقطه‌ای را خواستید می‌توانید حذف کنید.
- در ادامه با حذف سایر نقاط به تمرین و تکرار ادامه دهید و از نوآموزان بخواهید نقاط مختلف را با جهت بخوانند.

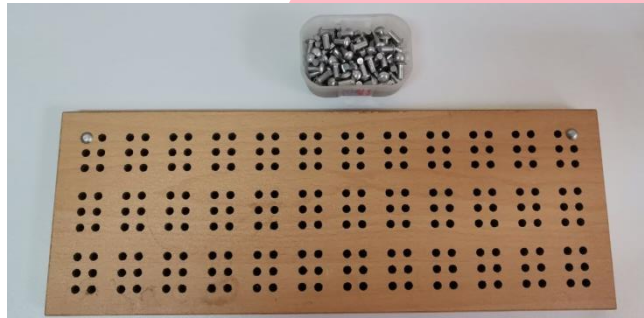
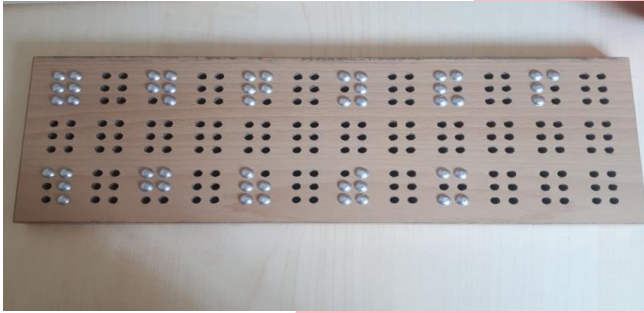
(ج) پس از حذف نقاط و تمرین خواندن انواع حالت‌های ۶ نقطه در لوح مغناطیسی، تمامی اهداف و مراحل در کار با تافل چوبی درشت و سپس کوچک دنبال می‌شود.

خط بردن: شروع آموزش خط بردن به صورت اصولی و هدفمند در تافل های چوبی و صندوقچه‌ای صورت می‌گیرد. نوآموز هنگام خط بردن از دو دست و هشت انگشت خود استفاده می‌کند، یعنی چهار انگشت دست چپ (غیر از انگشت شست) روی مهره‌های سمت چپ لوح و چهار انگشت دست راست (غیر از انگشت شست) روی مهره‌های سمت راست قرار گیرد. نوآموز باید بداند که خواندن از سمت چپ شروع می‌شود و برای حرکت دستها روی نقاط، اصطلاح خط بردن بکاربرده می‌شود.

برای پیدا کردن خط بعدی و سایر خطوط هر دو دست با هم حرکت می‌کنند. وقتی به انتهای خط رسیدیم، دست راست ثابت مانده، دست چپ روی همان خط به عقب برمی‌گردد و ابتدای خط بعدی را پیدا می‌کند. سپس دوباره دست راست به کمک دست چپ آمده و هر دو دست با هم خط می‌برند. دلیل ثابت ماندن دست راست، گم نکردن انتهای خط قبلی است.

برای شمردن تعداد خط های موجود در یک صفحه، ابتدا از نوآموز بخواهید، دستهایش را به سمت چپ صفحه ببرد و خط اول را پیدا کند. سپس با استفاده از دو دست و هشت انگشت قسمت بالای صفحه و ابتدای خط اول را واریسی کند. از آنجایی که معمولاً تمام خطوط موجود در یک صفحه از یک نقطه شروع می‌شوند، نوآموز برای شمردن خطوط به خط بردن نیاز ندارد. کافی است که بعد از پیدا کردن خط اول، دستهای خود را به آرامی از سمت چپ و از بالا به پایین (ابتدای خطوط) حرکت دهد و خطوط را بشمارد.

تصاویر انجام فعالیت



*تافل چوبی درشت یک صفحه‌ی چوبی همراه با مهره‌های فلزی در ابعاد بزرگ است.

*تافل مغناطیسی اولین و بزرگترین تافل چیدنی است که ۶ نقطه‌ی مغناطیسی از جنس فوم و سینی مشابه لوح حساب دارد.



*تافل چوبی کوچک یک جعبه‌ی چوبی دارای صفحه مشبک همراه با مهره‌های فلزی در ابعاد کوچکتر است.

فعالیت ۱۸ - حساب افزار



اهداف اصلی: هماهنگی عصب و عضله، تقویت و تربیت گیرنده های حسی - لمسی سر انگشتان دست، تشخیص برجستگی های روی مهره، تثبیت مفاهیم پایه ای ریاضی، افزایش دقت و تمرکز.



اهداف فرعی: تقویت هوش فضایی، زمینه سازی برای خواندن و نوشتن، بهبود عملکرد دو نیمکره مغز و افزایش هماهنگی بین آن ها، مهارت چیدن مهره ها در یک ردیف پشت سر هم، درک مفاهیم ردیف و ستون، الگویابی.



وسایل مورد نیاز: حساب افزار (لوح حساب)، مهره های حسابی و ظرف مناسب.



- **نکات ایمنی:** در ابتدای کار به نوآموز در مورد خطرات فروبردن مهره ها به دهانش توضیح دهید. مراقب باشید آن ها را در دهان، گوش و بینی خود فرو نکند.
- از لوح و مهره های دارای لبه های تیز یا شکسته استفاده نشود.
- به نکات بهداشتی (شستشوی مهره ها پس از هر بار استفاده) توجه شود.





۱- ابتدا حسابافزار و مهره‌های مورد نظر را در اختیار نوآموز قرار دهید، تا از طریق واریسی با اجزای تشکیل دهنده‌ی آن (صفحه‌ی لوح و سینی‌ها) آشنا شود و در ادامه پس از واریسی کردن دو سر مهره‌های حساب افزار، به تفاوت دو سر مهره‌ها پی برده و آن را نشان دهد.

نکته: وضعیت قرار گرفتن حسابافزار باید به نحوی باشد که سینی لوح یعنی قسمتی که مهره داخل آن ریخته می‌شود در بالا قرار بگیرد و به سمت نوآموز نباشد تا وقتی نوآموز بر روی صفحه حساب افزار کار می‌کند، دستش به مهره‌ها برخورد نکند و مهره‌ها نریزد.

۲- حسابافزارچیده شده توسط مربی را در اختیار نوآموز قرار دهید و از او بخواهید، مهره‌ها را یکی یکی بردارد و در ظرف قرار دهد.

۳- در مرحله بعد نوآموز مهره‌ها را بی هدف در لوح قرار دهد، سپس این کار را با دستور مربی به صورت هدفمند (چپ به راست، راست به چپ، بالا به پایین و پایین به بالا) ادامه دهد.

نکته: درچیدن مهره‌های حسابافزار این نکته بسیار مهم و دارای اهمیت است که نوآموز مهره را با دست غالب بردارد و با انگشت اشاره‌ی دست غیرغالب خانه‌ی خالی را پیدا کند و مهره را به درستی در جای خود قرار دهد.

۴- نوآموز با راهنمایی مربی، چیدن مهره‌ها در جهات متفاوت (هشت جهت) را تمرین کند.

نکته: ابتدا جهات اصلی (چپ، راست، بالا، پایین) و سپس جهات فرعی (چپ پایین، چپ بالا، راست بالا، راست پایین) تمرین شود.

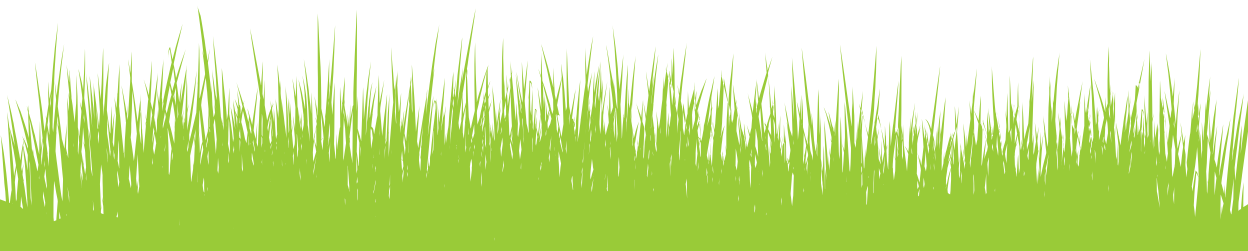
تذکر: در پایه امدادگی اعداد معرفی نمی‌شوند. فقط جهت قرار گرفتن برجستگی آموزش داده می‌شود.

۵- سپس با چیدن مهره‌ها در حساب افزار از نوآموز بخواهید طبق الگوی داده شده، مهره‌ها را در ردیف پایین بچیند. همچنین چیدن مهره‌ها به صورت یکی درمیان، دو تا در میان، دو ردیف، ۳ تایی در کنار هم، صورت گیرد.

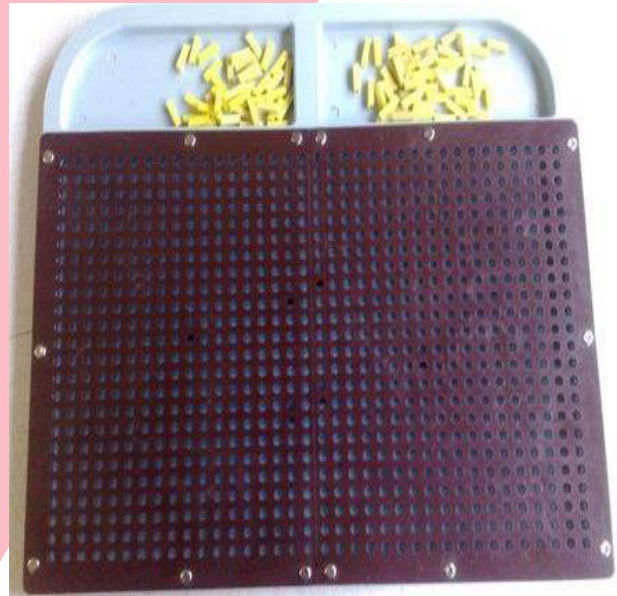
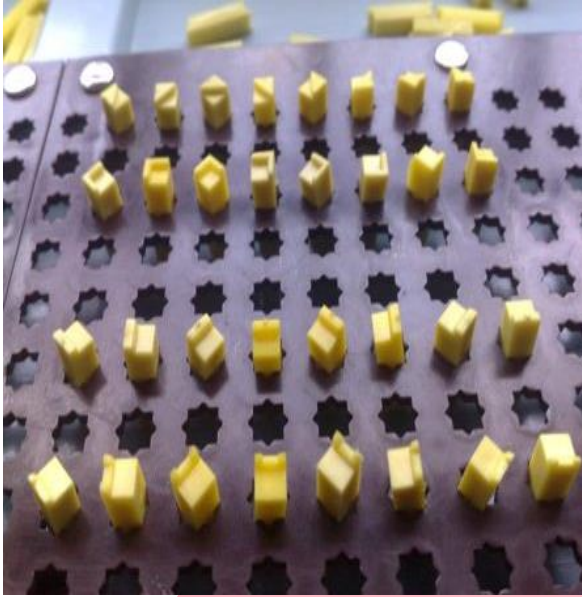


فعالیت های پیشنهادی

- درست کردن اشکالی مانند مربع و مستطیل و سه گوش، رسم نقاشی های ساده بر روی حسابافزار
- کاردستی (با دو چهارگوش صاف و کج کاردستی ستاره درست کنند.)



تصاویر انجام فعالیت





۱- بهبودی، هایده. ترابی میلانی، فریده. شکیب نیا، اعظم. ذهنی، عبدالرضا. (۱۳۹۸). راهنمای فرزندپروری برای والدین، مشاوران و مربیان کودکان آسیب دیده بینایی. تهران: نشر سازمان آموزش و پرورش استثنایی

۲- ترابی میلانی، فریده. میرزایی، شهربانو. مقدم، سهیلا. بیاوار، سمیرا. رستمی، فرحناز. هوسپیان، آلیس. (۱۳۸۲). برنامه آموزشی پایه آمادگی نوآموزان چند معلولیتی. تهران: نشر سازمان آموزش و پرورش استثنایی

۳- فرامرزی، سالار. ابراهیمی، نسرين. (۱۳۹۳). بریل آموزی پایه (پیش از دبستان و آمادگی). اصفهان: نشر یارمانا

۴- موسوی، میرسجاد. مظفرجلالی، مهین. (۱۳۸۳). کتاب آشنایی با ابزار و وسایل کمکی نابینایان. آستان قدس رضوی: نشر به نشر.

۵- نامنی، محمدرضا. حیات‌روشنایی، افسانه. ترابی میلانی، فریده. (۱۳۸۹). تحول روانی، آموزش و توانبخشی نابینایان. تهران: نشر سمت.

۶- نیمن، سندی. (۱۹۹۸). آموزش والدین ویژه کودکان نابینا. ترجمه: مهرناز سنایی (۱۳۷۸). تهران: نشر سازمان آموزش و پرورش استثنایی.

۷- جزوه آموزش به دانش آموزان دیر نابینا. سایت سازمان استثنایی: <http://csdeo.ir>

