

وما توفيقى الا بالله العلى العظيم

وحدة العلاج السلوكى

بقيادة

دكتور عادل عبد الغنى خليفة

( صعوبات تعلم - تخاطب - تعديل سلوك - توحّد - تنمية مهارات - ارشاد أسرى )

تحت إشراف

أ / محمد أحمد العشرى

أخصائى التربية الخاصة وصعوبات التعلم

والمستول عن قسم صعوبات التعلم وتعديل السلوك

مجموعة من الانشطة

لزيادة مهارات الانتباه والتركيز لدى الاطفال

من س ( ١ الى ٥ سنوات )

العنوان : منية النصر - شارع البحر - أعلى شركة الصقر للصرافة

للتواصل : ٠١٠٦٠٣٠٣٣٦٦

## تدريبات تركيز وجذب إنتباه

### ١. تدريبات تركيز وجذب الانتباه (الانتباه البصرى)

- يلتفت إلى نقطة ضوء ثابتة ( الليزر ) .
- يلتفت إلى أشياء توضع أمامه ( مكعبات - مجسمات - صور ) .
- أدخل خرزة في الكوب أو حبل .
- تركيب مكعب فوق الاخر .
- تركيب بازل قطعة واحدة .
- إحضار لون من بين لوتين .
- إحضار صورة حيوان من بين صورتين .
- تدريبات زيادة مدة الانتباه (الانتباه البصرى)
- زيادة عدد تركيب المكعبات بالتدريج .
- زيادة عدد تركيب قطع البازل بالتدريج .
- تلوين صور ذات أحجام مختلفة ( بالتدريج ) .
- اللعب بالخرز أو الكونكت فور مع زيادة عدد القع بالتدريج .
- أى نفس أنشطة جذب الانتباه البصرى مع الزيادة فى مدة الانتباه بزيادة عدد الادوات والقطع .
- تدريبات المرونة فى نقل الانتباه ( الانتباه البصرى )
- لعبة الخرز والكوب المتحرك .
- تركيب قطع البازل مع تحريك لوحة البازل .
- متابعة ضوء متحرك .
- تلوين الاشكال بألوان مختلفة ( العربية بالاحمر - الموز بالاصفر...وهكذا)
- التعرف على الاختلاف بين صورتين .
- شطب صورة معينة من بين مجموعة صور .
- عمود الحلقات ( تصنيف الالوان فى الاعمدة ) .

### ٢. تدريبات تركيز وجذب الانتباه (الانتباه السمعى)

- الانتباه لوجود الصوت من عدمه من خلال :
- اللعب بالبيانو من خلال غلق وفتح أزراره .
- اللعب بزجاجتين أحدهما فارغة والاخرى بها خرز .
- اللعب بزجاجتين أحدهما فارغة والاخرى بها خرز والاثنين مغطاتين .
- النقر أسفل المنضدة أو على الباب .
- العب بمجسمات حيوانات أو وسائل مواصلات أو من خلال الكمبيوتر مع تشغيل وغلق الصوت .
- تدريبات زيادة مدة الانتباه (الانتباه السمعى)
- تحديد مصدر الصوت .
- تمييز الصوت من خلال صورتين .
- تمييز الصوت من خلال ثلاث صور .
- تدريبات المرونة فى نقل الانتباه (الانتباه السمعى)
- وضع أشياء حسب سماع الصوت ( وضع مكب فى صندوق عند سماع نقرة واحدة ثم وضع مكعبين عند سماع نقرتين ) تحريك
- الاشياء حسب طول وقصر الصوت ( تحريك العربة بسرعة مع الصوت الطويل وتحريكها ببطء مع الصوت القصير )

- لعبة القطة العمياء ( مع تحريك مصدر الصوت )
- لعبة الكراسى الموسيقى .
- تصنيف أصوات الحيوانات من بين عدة أصوات ( مثل رفع اليد عند سماع صوت القطة )

### ٣. تدريبات تركيز وجذب الانتباه (الانتباه المسى)

- التعرف على ملمس الأشياء (مجسمات فاكهة- خضروات - حيوانات – أشكال هندسية ) .
- التعرف على المتضادات ( طويل وقصير – خشن وناعم – بارد وساخن ) .
- وذلك من خلال أن يغمض الطفل عينه ثم يمسك الشئ ويتعرف عليه لمسياً

### ٣- أ. تدريبات زيادة مدة الانتباه (الانتباه اللمسى)

- التعرف على ملمس الشئ الواحد من خلال جميع أشكاله ( مثل التعرف على الموز من خلال مجسم ، بازل ، متاهة ... )
- وهكذا بالنسبة للأشكال الهندسية ، ومجموعة الحيوانات ، الخضروات ، أدوات الطعام .... (المجموعات الضمنية).

### ٣- ب. تدريبات المرونة فى نقل الانتباه (الانتباه اللمسى)

- وضع أشكال هندسية مختلفة داخل صندوق أو شنة أو كيس غير شفاف ويطلب من الطفل أن يأتى بشكل معين من خلال لمس يده لهذه الأشياء دون أن يراها .
- وكذلك مجسمات مختلفة مثل الفواكه والحيوانات .
- وكذلك التمييز بين عدد كبير بين المعكوسات بنفس الأسلوب السابق
- (الخشن والناعم – طويل وقصير – ساخن بارد)

### ٤. تدريبات تركيز وجذب الانتباه ( الانتباه الشمى)

- الانتباه لروائح الفواكه المختلفة ( تفاح – موز - برتقال ) دون لمسها أو رؤية .
- التمييز بين الروائح المحببة والروائح الغير محببة أو الكريهة (مثل العطور – التوابل – المنظفات .... )

### ٤- أ. تدريبات زيادة مدة الانتباه (الانتباه الشمى)

- الانتباه للروائح المحببة بأكثر من نوع من العطور .
- الانتباه للروائح الغير المحببة بأكثر من نوع من المنظفات .
- الانتباه للروائح النفاذة بأكثر من نوع من التوابل
- الانتباه لرائحة الفاكهة بمختلف أشكالها ( التفاح مثلا ) من خلال التفاح الحقيقى – مجسم تفاح عليه رائحة تفاح – الفواكه برائحة تفاح .

### ٤- ب. تدريبات المرونة فى نقل الانتباه (الانتباه الشمى)

- أن يميز الطفل رائحة العطور من بين عدة روائح أخرى وهى مغمض العين من خلال أن يرفع يديه عند شم هذه الرائحة .
- أن يميز الطفل رائحة الفاكهة ( التفاح مثلا ) من بين عدة روائح أخرى بنفس الأسلوب السابق ، وهكذا بالنسبة لجميع الفاكهة والخضروات الأخرى
- تدريبات تركيز وجذب الانتباه ( الانتباه التذوقى )
- الانتباه لطعم الأشياء الساخنة والأشياء الباردة ( شاي - أيس كريم ) من خلال
- الفم دون التعرف عليها من خلال أى حاسة أخرى .
- الانتباه للطعم الحلوى والطعم اللازغ ( شيكولاته – عصير ليمون )
- الانتباه لطعم الفاكهة والخضروات المختلفة .

### ٥. تدريبات إطالة مدة الانتباه ( الانتباه التذوقى )

- التعرف على طعم الشئ فى كل أشكال (البرتقال يأكله – يشربه عصير – كيك - برتقال...).
- وهكذا بالنسبة لأطعمة كثيرة .

### ٥- أ. تدريبات المرونة فى نقل الانتباه ( الانتباه التذوقى )

- تميز الطعم الحلو من بين عدة أطعمة ( من خلال أن يرفع يده كلما تذوق الطعم الحلو )
- تميز طعم الأشياء الساخنة من بين عدة أطعمة كما سبق .
- تميز طعم الأشياء الباردة من بين عدة أطعمة كما سبق .

### ٦. علاج النشاط الحركى المفرط

- تدريب الطفل على الأسترخاء من خلال الأخصائى النفسى.
- تدريب الطفل على النمذجة من خلال الأخصائى .
- الهدوء والثبات الأنفعالى مع الطفل وعدم الثورة فى وجهه
- تجزئة المهام المقدمة للطفل.
- تفريغ طاقة الطفل.
- التدريب التدريجى على الجلوس فى هدوء.

### ٧. علاج الاندفاعية

- التدريب على النمذجة فى التعامل مع الأنشطة المختلفة من خلال الأخصائى .
- تدريب الطفل على الأسترخاء من خلال الأخصائى النفسى.
- استخدام لعبة شمس وقمر

## تحت إشراف

أ / محمد أحمد العشرى

أخصائى التربية الخاصة وصعوبات التعلم

و المسئول عن قسم صعوبات التعلم وتعديل السلوك

للتواصل : ٠١٠٩٥٤٣٣٨١٧

جروب : أخصائى صعوبات التعلم ( مُحمد أحمد العشرى )

أخصائى صعوبات التعلم : FACEBOOK