

اكتساب الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية مهارات الحياة اليومية

يتزايد الاهتمام العالمي بالأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية وتأهيلهم والعمل على الاستفادة من طاقاتهم وامكانياتهم المحدودة بما يحقق لهم التكيف مع البيئة وإعدادهم للاندماج في المجتمع الذي يعيشون فيه.

وقد أعلنت الهيئات العالمية المعنية بشؤون الأشخاص ذوي الإعاقة مثل: الرابطة الأمريكية للضعف العقلي والرابطة القومية للضعف العقلي بالمملكة المتحدة أن التدريب والتأهيل حق أساسي من حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة العقلية من قبل المجتمع كما أكدت على ضرورة إعداد وتنفيذ البرامج اللازمة لتأهيلهم للحياة الاجتماعية وإعدادهم للاعتماد على أنفسهم في قضاء شؤونهم اليومية بقدر ما تسمح به امكانياتهم وقدراتهم المتبقية.

ولقد أكد الباحثون في مجال الإعاقة العقلية على أهمية اكتساب الأطفال ذوي الإعاقة العقلية مهارات الحياة اليومية حيث يتسم هؤلاء الأطفال بعدم قدرتهم على ممارسة أوجه الحياة اليومية نظراً لقصور في قدراتهم العقلية الأمر الذي يتطلب تدريبهم على مجموعة من المهارات المرتبطة بالحياة اليومية كمهارات تناول الطعام والشراب ومهارات ارتداد الملابس والمهارات المرتبطة بالنظافة، وأيضاً المهارات الاجتماعية.

ونظراً لأن اكتساب المهارات اليومية يتعلمها الطفل غير المعاق خلال وجوده في جماعة الأسرة بطريقة عادية وسهلة ولكنها لا تتم بالسهولة نفسها بالنسبة للطفل ذي الإعاقة العقلية لذا تجد الأسرة عبئاً ومشقة في تعلم طفلها تلك المهارات التي تساعده إلى حد كبير على الاستقلالية ورعاية ذاته.

وتعتبر مهنة الخدمة الاجتماعية من المهن الإنسانية التي تسعى إلى إحداث تغييرات مرغوب فيها في الوحدات الإنسانية التي تتعامل معها لتحقيق أفضل ما هو ممكن لوظائفها الاجتماعية، لذا فهي من المهن التي تسهم إسهاماً إيجابياً في مجال الإعاقة الذهنية.

وبناء على ذلك تقوم الأسر بإيداع أطفالها ذوي الإعاقة العقلية في مؤسسات تقوم على رعايتهم وتوفير أوجه الخدمات والرعاية المختلفة وذلك لتمكينهم من العناية بأنفسهم وبأمورهم الخاصة والتدريب على اكتساب مهارات الحياة اليومية وذلك من خلال ممارسة مهنة الخدمة الاجتماعية وخاصة برامج خدمة الجماعة.

وتبدو أهمية مشكلة الإعاقة العقلية في أنها تبلغ ما نسبته ٣٪ من سكان المجتمع وتنعكس آثارها على كل من الطفل نفسه والأسرة والمجتمع. وبالنسبة للطفل فإن سلوكه غير ملائم اجتماعياً حيث يتسم ببطء في النمو الجسدي والحركي وتظهر به عيوب نطق وكلام وبالتالي يقابل بالرفض والشعور بالنبذ من جانب المجتمع، وبالنسبة للأسرة فغالباً ما تواجه أسرة الطفل ذي الإعاقة العقلية إحساساً بالذنب وشعوراً بالنقص ورغبة في إخفاء الطفل عن عيون الآخرين مما ينعكس في اتجاهاتها نحو الطفل بين العطف واللامبالاة والقسوة أو الزجر أو الحب أو الكراهية فهي غالباً ما تحيد عما يجب أن تكون عليه معاملتهم معه، وبالنسبة للمجتمع فإن الآثار الناجمة عن مشكلة الإعاقة العقلية بالنسبة للطفل وأسرته تنعكس بدورها على المجتمع فقد يكون هؤلاء الأطفال موطناً للانحراف أو مصدراً لكثير من الجرائم.

ومن هنا كانت الحاجة ضرورية وملحة إلى رعاية هذه الفئة رعاية خاصة تختلف عن تلك التي تقدم للأطفال غير المعاقين وذلك من خلال انضمام الطفل ذي الإعاقة العقلية إلى عضوية جماعة منظمة يمكن من خلالها اكتسابه مهارات مختلفة منها مهارات الحياة اليومية.

هناك مهارات عديدة من الممكن تعليمها لطلاب ممن لديهم الإعاقة الذهنية , و مهارات الحياة من المهارات المهمة التي يجب تدريب الطلاب عليها ومحاولة إتقانها،وتعويدهم عليها كي تكون عادة من عاداتهم .

المهارات الاجتماعية: SOCIAL SKILLS

يقصد بها المستوى الذي عنده يستطيع الطفل أن يكون علاقة مع الآخرين والمشاركة في المواقف الجماعية (مثل تنظيم المائدة والالتحاق للمساعدة في بعض المهام أو نقل رسالة شفوية مع حرية الحركة والرد على التليفون والاستعارة للأغراض واللعب مع الآخرين ومساعدتهم) .

التعامل مع الأسرة وأفراد العائلة والمجتمع بصورة سليمة
أنشطة جماعية وضمن تميز الآخرين والتعاون معهم وتقديرهم.

المهارات الاستقلالية Independent Skills

تعتبر من المهارات الرئيسية في تنمية القدرات ممن لديهم متلازمة داون، كما تشكل هذه المهارات أساسا لبناء أشكال أخرى من المهارات اللاحقة كالمهارات الأكاديمية أو الاجتماعية أو المهنية وهكذا
إن أداء من لديهم متلازمة داون للمهارات الاستقلالية يؤدي إلى تنمية عدد من الخصائص الشخصية لديه مثل الاعتماد على الذات، وتنمية الثقة بالذات، والتكيف الناجح مع من حوله .

مهارات الحياة اليومية Daily Living skills

التي من خلالها يستطيع أن يكون أقرب إلى الطبيعي معتمدا على نفسه حيث يقوم التدريب أساسا على الاستقلال في الأنشطة التي تلبي احتياجات الابن بداية من استيقاظه من النوم ثم ممارسة الأنشطة الطبيعية العادية واستغلال وقت الفراغ والتعامل بالنقود وأعداد الوجبات حتى نهاية اليوم.

كما تتضمن أنشطة الحياة اليومية :

- جميع المهارات ذات العلاقة بالعناية بالمظهر الشخصي.
- اختيار الملابس المناسبة والمحافظة على نظافتها.
- استخدام المرافق المجتمعية المألوفة كالهاتف والمواصلات .
- التعامل مع البقال (البرادة) والمطعم.
- عبور الشارع .
- معرفة الوقت (استخدام الساعة) .

تشمل أيضا المهارات ذات العلاقة بالحياة الأسرية :

- كتدبير شئون المنزل.
 - إعداد وجبات الطعام.
 - اعداد مائدة الطعام وتنظيفها .
 - التصرف الملائم في الحالات الطارئة
- نماذج من مهارات الحياة اليومية

مهارات الحياة اليومية: هي المهارات العملية التي تمكن الطفل أو البالغ من أن يعيش حياة أكثر استقلالاً بذاته مندمجاً في المجتمع بإيجابية.

الاستقلالية

- أن يستطيع الاعتناء بنفسه.
- أن يستطيع الاعتناء بالبيئة المحيطة به.
- أن يستطيع التعاون مع المجتمع.
- وتشمل هذه المهارات أمور أساسية على :
- تناول الطعام (الأكل باليد - بالمعلقة - أكل ساندويتش - الشرب من المصاصة - الكوب - الشفاط - استخدام السكين)
- الثياب (خلع الملابس - ارتداء الملابس - الجوارب - الحذاء) .
- النظافة (استعمال المراض - الاستحمام - تمشيط الشعر - غسل اليدين والوجه - غسل الأسنان - التحكم في الإخراج - تنظيف الأنف)

تتقسم مهارات العناية الذاتية إلى عدة مهارات رئيسية :

١- مهارات النظافة وتشمل :

أ- مهارة غسل اليدين والوجه والأسنان .

ب- مهارة الاستحمام .

ج- مهارة الصحة الشخصية .

د- مهارة قص الأظافر .

هـ- مهارة استعمال أدوات العناية بالمظهر الخارجي .

٢- مهارة استخدام المراض :

تعتبر مهارات استعمال المراض من المهارات الاستقلالية الرئيسية ويعتمد إتقانه لهذه المهارات على عدد من العوامل الهامة هما درجة الإعاقة والظروف التعليمية المناسبة .

٣- مهارة تناول الطعام وتشمل :

١- مهارة استعمال أدوات المائدة .

٢- مهارة تناول الطعام بدون مساعدة .

٣- مهارة آداب المائدة .

٤- التسوق والانتقال:

١- يجب أخذ الطفل إلى التسوق وحضور المناسبات العامة.

٢- أن نجعل الطفل يتحمل شيء من المسؤولية أثناء الخروج، مثلاً أن يقوم بشراء بعض الأشياء بمفرده، أو أن يقوم بدفع النقود.

٣- تدريب الطفل على كيفية التصرف في الأماكن العامة بطريقة مقبولة .

يجب مراعاة الآتي عند اكتساب هذه المهارات :

١- أن يشترك كل من الأسرة والأخصائي في التدريب على هذه المهارة بطرق يتم الاتفاق عليها معاً.

٢- أن تجزأ المهارة المراد اكتسابها إلى مهام صغيرة حتى يسهل اكتسابها.

٣- مراعاة قدرة وإمكانية الطفل للاستقلالية في التدريب ومعرفة المشاكل الحركية - اللغوية - السلوكية - التي تعوق التدريب ومعالجتها .

وهذه المهارات ذات أهميه بالغه للأشخاص ممن لديهم اعاقه ذهنية وحاجاتهم إلى التدريب عليها تزداد بازدياد شدة درجة الإعاقة فإكتسابها من أهم شروط الدمج والعيش فى الأوضاع المجتمعية غير المعزولة .

تنمية بعض المهارات الحياتية للطفل المعاق فكريا (القابل للتعلم)

تعد الإعاقة الفكرية من أهم المشكلات التي تؤرق المجتمع، حيث أنها مشكلة متعددة الجوانب والأبعاد، فأبعادها نفسية وطبية واجتماعية واقتصادية وتعليمية وهذه الأبعاد تتداخل مع بعضها البعض، الأمر الذي يجعل من هذه المشكلة نموذجا فريدا في التكوين، فلا يخلو أي مجتمع من مشكلة الإعاقة الفكرية، فبجانب القصور في القدرات العقلية، هناك العديد من أوجه القصور في مظاهر المهارات الحياتية، وتعد عملية تثقيف وتوعية المجتمع بفئة ذوي الاحتياجات الخاصة ومتطلباتهم من المهمات التي تسعى لتحقيقها المؤسسات العاملة في هذا المجال، ونظرا لان المعاق فكريا يكون عاجزا عن التكيف مع نفسه ومع البيئة المحيطة التي يعيش فيها، ومن ثم يصبح دائما في حاجة ملحه إلى الرعاية والاهتمام من الآخرين.

فالإعاقة الفكرية هي إعاقة تتسم بقصور واضح في كل من الأداء الوظيفي الاجتماعي، والمهارات التكيفية والاجتماعية والعملية التي تظهر قبل سن الثامنة عشر، وذو الإعاقة الفكرية البسيطة وتتراوح نسبة ذكائهم بين (٥٥-٧٠) ويتوقف النمو العقلي عندهم عند مستوى طفل عادى يتراوح عمره ما بين (٧ : ١٠) سنوات، ويمكن أن يستفيد أطفال هذه الفئة من البرامج التعليمية العادية حيث يستطيعون تعلم القراءة والكتابة ومبادئ الحساب، والتقدم عندهم بطئ وتظهر لديهم صعوبات رئيسية في مجال التحصيل الأكاديمي خاصة في القراءة، ويلاحظ لدى هذه الفئة بطء التعلم والتأخر في معظم مجالات النمو وعدم القدرة على تعميم المهارات ونقل أثر التعلم وعدم التمتع بالكفاءة الاجتماعية ويمكن أن يحقق هؤلاء استقلالاً شخصياً واقتصادياً بصورة تامة أو جزئية حسب استعداداتهم.

وأثبتت العديد من الدراسات الحديثة في هذا المجال انه يمكن مساعدة الطفل المعاق فكريا على الشعور بالكفاءة والفاعلية من خلال إكسابه العديد من المهارات التي تشعره بأن له دور وقيمة ومن ثم يعتمد على نفسه فيقل من اعتماده على الآخرين، ويحظى بتقديرهم واحترامهم، مما يساعده على مواجهة الحياة الاجتماعية بشكل أفضل.

فالمهارات الحياتية من المتطلبات التي يحتاجها المعاقين فكريا لكي يتوافقوا مع أنفسهم ومجتمعهم الذي يعيشون فيه، مما يساعدهم على حل المشكلات اليومية والتفاعل مع مواقف الحياة المختلفة، فهي مجموعة من المهارات المرتبطة بالبيئة التي يعيش فيها الفرد وما يتصل بها من معارف وقيم واتجاهات يتعلمها بصورة مقصودة ومنظمة عن طريق الأنشطة والتطبيقات العملية وتهدف إلى بناء شخصيته، بالصورة التي تمكنه من تحمل المسؤولية والتعامل مع مقتضيات الحياة اليومية بنجاح لتحقيق الرضا النفسي والعيش بطريقة أكثر استقلالية.

فهناك مجموعة من الشروط الأساسية والظروف المناسبة لتحقيق عملية التعلم الحقيقي والدائم لما سيتدرب عليه الطفل المعاق فكريا منها:

١. لا تجعل الطفل المعاق يفشل: من خلال تنظيم المعلومات واستخدام الوسائل التربوية التي تساعد الطفل على الوصول إلى الاستجابة الصحيحة.
٢. تزويد الطفل المعاق بالتغذية الرجعية المباشرة: تقديم المعلومات المباشرة بشأن صحة أو خطأ الإجابات التي يتم تقديمها إلى الطفل.
٣. تعزيز الاستجابات الصحيحة التي تقدم إلى الطفل: أن يكون التعزيز واضحا وصريحا ومرتبيا ارتباطا مباشرا بالاستجابات الصحيحة حتى يتمكن الطفل من الربط بين الاستجابات والتعزيز الذي يحصل عليه مما يقوي عملية التعلم.
٤. تحديد المستوى الأفضل الذي يجب أن يعمل فيه الطفل المعاق: إذا كانت المهمات التعليمية سهلة جدا فإن الطفل لن يشعر بالتحدي مما يمنعه من استخدام أقصى قدر ممكن من الجهد والمقدرة، أما إذا كانت المهمة التعليمية صعبة فسوف يواجه بالفشل.
٥. تكرار الخبرات التعليمية للطفل: حتى تصل إلى مستوى المتعلم الزائد وانمي القدرة على التذكر عند الطفل ويجب توزيع التكرار على فترات زمنية.
٦. يجب أن تتم عملية على أساس منتظم ومتتابع: من خلال تقديم المهمات البسيطة قبل المهمات الصعبة وأن تتم عملية التعليم على أساس خطوة وخصوصا أننا نتعامل مع طفل محدود القدرة.

وهناك استراتيجيات لتطبيق ذلك منها:

ومن أهم أساليب التدريس (التوجيه اللفظي، الحوار والنقاش، المحاكاة، النمذجة، اللعب، التوجيه البدني، التمثيل، القصص، الخبرة المباشرة) .

١. الحوار والنقاش: تهتم طريقة الحوار والنقاش بجوانب التواصل اللغوي بين المعلم والطالب، وتساعد هذه الطريقة على نمو المهارات اللغوية للطالب المعاق فكريا، فعن طريقها يمكن للمعلم أن يتعرف على خبرات الطفل ومدى استيعابه للخبرات الجديدة، كما أنها تعتبر أداة جيدة للتفاعل الاجتماعي.

٢. التوجيه اللفظي (الحث اللفظي): تعد طريقة التوجيه اللفظي احد الأساليب التدريسية المناسبة مع الطلاب المعاقين فكريا وتحفز الطالب على القيام باستجابات مناسبة، وهو نوع من المساعدة المؤقتة تستخدم لمساعدة الطالب على إكمال المهمة المطلوبة، من خلال لفظ الكلمة أو الكلمات أو جزء منها بشكل يساعد الطالب على إعطاء الإجابة الصحيحة، وهذا الأسلوب يعتمد على الحث بالمعززات المناسبة.

٣. التمثيل (الدراما): تتضمن قيام الطالب بتمثيل تلقائي عن طريق الانخراط في الموقف والتفاعل مع الآخرين وتقمص أدوارهم، وقد يكون التمثيل بواسطة طالبين اثنين أو أكثر بتوجيه من المعلم، أما الطلاب الآخرون الذين لا يقومون بالتمثيل فإنهم يقومون بدور الملاحظين، وقد يكون التمثيل بتقمص أدوار لشخصيات اجتماعية مثل شخصية المعلم أو الأب أو الطبيب أو النجار ... وغيرها، أو قد تركز على اتجاهات إيجابية كالنظافة والنظام والعمل الجماعي ومساعدة الآخرين وحب الوالدين وطاعتهم.

٤. طريقة المحاكاة والنمذجة (التقليد): تسمى أحيانا أسلوب التعلم عن طريق التقليد من الأساليب المعروفة منذ زمن بعيد في تعديل سلوك الأطفال المعاقين فكريا، وخاصة للفئات العمرية المبكرة وفي المواقف المختلفة ويتم هذا النوع عن طريق الملاحظة والتقليد من خلال ملاحظة الطفل للمعلمين أو الوالدين أو التلفزيون أو أي نموذج آخر.
٥. التوجيه البدني (الحث البدني): في هذه الطريقة يقدم المعلم المساعدة للطالب من خلال مسك يدي الطالب لمساعدته على تأدية المهمة المطلوبة، مثل أن يوجه الطالب يديا لمسك القلم بطريقة صحيحة، أي يستخدم التوجيه اليدوي في توجيه الطالب خلال السلوك المستهدف دون أن يقوم المعلم بأداء هذا السلوك له.
٦. التعلم باللعب: تعد طريقة التدريس باستخدام الألعاب من أبرز الطرق والاستراتيجيات التدريسية المناسبة لتعلم الطفل المعاق فكريا، فمن خلالها يصبح للطفل دور ايجابي يتميز بكونه عنصر نشط وفعال داخل الصف لما يتسم به هذا الأسلوب التدريسي من التفاعل بين المعلم والمتعلمين خلال العملية التعليمية وذلك من خلال أنشطة وألعاب تعليمية تم إعدادها بطريقة عملية منظمة، وبإغراء المتعلم على التفاعل مع المواقف التعليمية بما تتضمنه من مواد تعليمية جيدة وأنشطة تربوية هادفة، فاللعب يساعد الطالب على أن يدرك العالم الذي يعيش فيه، ومن خلال اللعب يتعرف الطالب على الأشكال والألوان والأحجام والحروف والأعداد، ويقف على ما يميز الأشياء المحيطة به من خصائص وما يجمع بينها من علاقات، أيضاً يتعلم الطالب من خلال اللعب معنى بعض المفاهيم مثل أعلى وأسفل أو جاف ولين، وكبير وصغير.
٧. الخبرة المباشرة: يطلق على هذه الطريقة اسم طريقة المشروع، وهي إحدى طرق التدريس الحديثة والمتطورة، والتي تقوم على التفكير في المشروعات التي تثير اهتمامات الطلاب الشخصية، وأهداف المنهج.
٨. القصص (القصة): تعرف القصة على أنها طريقة تعليمية تقوم على العرض الحسي المعبر، الذي يتبعه المعلم مع طلابه لتعليمهم حقائق ومعلومات عن شخصية أو موقف أو ظاهرة أو حادثة معينة، بقلب لفظي أو تمثيلي أو قد تستخدم لتجسيد قيم أو مبادئ أو اتجاهات.
- فانطلاقاً من أهمية المهارات الحياتية كأحد المتطلبات الضرورية والملحة لتكيف الطفل المعاق فكريا مع متغيرات العصر، سنشير في هذا المقال إلى بعض المهارات الحياتية لتنميتها مثل: مهارات لرعاية الذات، مهارات اجتماعية، مهارات اقتصادية، مهارات معرفية، مهارات اتصال، التي تساعد على ترجمة تلك المهارات إلى سلوك تطبيقي، والذي يسهم في مساعدة الطفل المعاق فكريا " القابل للتعلم" على التعامل مع مفردات الحياة اليومية، لمسايرة الحاجات والمطالب الشخصية التي تؤثر ايجابيا على مهارات الحياة لديه، فهناك أسس لتنمية هذه المهارات منها:
١. تحديد الهدف من المهارة ومحاولة تحقيقه.
 ٢. توفير بيئة مليئة بالمنثيرات السمعية والبصرية واللمسية واستخدامها بأسلوب جيد.
 ٣. أن تتناسب المهارات مع خصائص وميول وقدرات الطفل.
 ٤. مراعاة الظروف النفسية والصحية والاجتماعية للطفل المعاق فكريا وخلق روح الصداقة معه وتشجيعه على بذل الجهد.
 ٥. إثارة الطفل لممارسة الأنشطة عن طريق التدعيم المادي والمعنوي ليستمر في بذل الجهد.
 ٦. مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الطفل المعاق ذهنيا وأقرانه.
 ٧. أن يتسم الشخص الذي يقوم بتنمية المهارة بالمرونة، حيث يسمح بإدخال التعديلات إذا لزم الأمر.
 ٨. يجب التحلي بالصبر والمثابرة واستخدام أسلوب المرح والتشجيع.

٩. يجب الاهتمام بفترات راحة أثناء تنمية مهارة الطفل المعاق فكريا.

١٠. يجب استخدام النموذج الجيد لأداء المهارات المختلفة، نظرا لأنه يتعلم من خلال تقليد (المعلم - الأخصائي - المدرب).

فهناك العديد من المهارات الحياتية التي يمكن تنميتها للطفل ذوي الإعاقة الفكرية (القابل للتعلم)، نتناول بعض من هذه المهارات في هذا المقال وكيفية تنميتها لدى الطفل المعاق فكريا، منها:

0 مهارة رعاية الذات: تعبر عن قدرة الطفل المعاق فكريا على رعاية ذاته باستقلاليه في حدود ما تسمح به قدراته، حيث يمكن تدريبه على بعض المهارات لتنمية جانب رعايته بذاته منها: الاهتمام بنظافته الشخصية، التفرقة بين الملابس الصيفية والشتوية، إعداد المائدة بدون مساعدة، تسمية أدوات المائدة، التدريب على إعداد الطعام بدون مساعدة.

0 مهارات اجتماعية: تعبر عن قدرة الطفل المعاق فكريا على إقامة علاقات جيدة مع زملائه ومشرفيه وأفراد أسرته، فيمكن تدريبه على بعض المهارات الاجتماعية لتنميتها منها: الإصغاء بانتباه إلى التعليمات وتنفيذها، الاستماع إلى الآخرين، أن يسلك بأدب باستخدام بعض العبارات مثل: (من فضلك - شكرا) أثناء تعامله مع المشرف عليه أو الأم، طرق الباب قبل الدخول لغرفة، الاستئذان عند الانصراف، حتى يتدرب على التكلم بطريقة لائقة أمام الغرباء، تشجيعه معنويا وماديا في كل مرة يكرر فيها مثل هذه السلوكيات، كذلك تدريبه على التعاون مع زملائه وأفراد أسرته ومساعدة الآخرين على أداء أعمالهم، ويمكن تدريبه على الرد على الهاتف، تكوين صداقات جديدة يستطيع أن يكون رابطة انفعالية معها ويتفاعل معها بشكل ايجابي، تدريب الطفل على أن يشارك زملائه اللعب الجماعي، ويتقهم قواعد اللعبة ويعرف من الفائز، وتدريبه على استقبال الضيوف والمشاركة في المناسبات الأسرية والحفلات.

0 مهارات اقتصادية: تعبر عن قدرة الطفل المعاق فكريا على الشراء والتعامل مع البائع وقدرته على الادخار والتفرقة بين الأسعار الغالية والرخيصة، فيمكن تدريبه على بعض المهارات الاقتصادية منها: التفرقة بين العملات، التعرف على عدد الأشياء التي اشتراها بمبلغ معين، التعرف على كمية ما يمتلكه من نقود، تدريبه على الادخار من مصروفه ليشترى شيء محبب إلى نفسه، تدريبه على التفرقة بين البضائع الجيدة والرديئة، تدريبه على التفرقة بين مسميات البائعين (فكهاني - مكوجي - خضري).

0 مهارات معرفية: تعبر عن قدرة الطفل المعاق فكريا على الإلمام بالمعلومات والمعارف عن كل ما يحيط به من أشياء، فيمكن تدريبه على بعض المهارات المعرفية منها: المعرفة الأماكن العامة (جامع - مدرسة - مستشفى - منتزه - منزل) في اتجاهات مختلفة ثم تدريبه على معرفة الاتجاهات، وتدريبه على معرفة أجزاء جسمه الدقيقة، الرموش ، اللسان، الأسنان، الأظافر، الكوع، التدريب على التفرقة بين الأشكال المختلفة (دائرة- مثلث- مستطيل-مربع) والأحجام المختلفة (كبير - صغير -طويل - قصير)، التدريب على التفرقة بين الألوان الأساسية (الأحمر - الأزرق - الأخضر - الأسود-الأصفر - البني) والألوان المركبة (الموف - البمبي - اللبني - البرتقالي)، التدريب على التعرف على الأوزان المختلفة (ثقيل - خفيف)، التدريب على التعرف على أنواع الخضروات والفاكهة الصيفية والشتوية، التدريب على التعرف على أصوات الحيوانات في البيئة المحيطة به مثل صوت: (القط-الكلب- الخروف- العصفورة-الحصان...الخ)، التدريب على التعرف على الوقت وقراءة الساعة، التدريب على التعرف على إشارات المرور وطريقة عبور الشارع ومدلول الألوان في إشارة المرور

معنى كل لون (الأحمر-الأصفر-الأخضر)، التدريب على التعرف المهن المختلفة (طبيب - شرطي - معلمة)، التدريب على الابتعاد عن مخاطر (السكين - الكبريت - الموس).

0 مهارات الاتصال: تعبر عن قدرة الطفل المعاق فكريا على التعبير عن نفسه واستخدام اللغة في المواقف الاجتماعية المختلفة (اتصال لفظي)، ورصد تعبيرات وجه الطفل ووضع جسمه ومظهره العام ونبرات صوته (اتصال غير لفظي)، قدرة الطفل على إدارة مشاعره وكيفية تعامله مع الإساءة والصدمات المؤلمة، فيمكن تدريبه على بعض مهارات الاتصال منها: التعرف على الحروف الأبجدية، واختباره فيها للتأكد من إتقانها لها، التدريب على كتابة اسمه وقراءته ، التدريب على أن يجمع بين كلمتين لتكوين جملة مفيدة مثال: (أكمل النقط - توصيل الكلمة بما يلائمها)، التدريب على كيفية تكوين سؤال باستخدام أدوات الاستفهام المختلفة مثل: ماذا؟ كيف؟ أين؟، التدريب على استخدام عبارات يستخدم فيها أفعال في زمن الماضي والحاضر والمستقبل، حتى يتدرب على أن يتكلم باستخدام جملة مفيدة لها معنى، التدريب على استخدام الكلمات التي تدل على ظرف الزمان والمكان بطريقة مناسبة، مثلا التعرف على الفرق بين (فوق، تحت، بين، بجانب، على، أمام، خلف، أمس، غدا)، التدريب على التعبير عما يشعر به الآن من فرح أو حزن بجملة مفيدة مفهومة، ثم التعبير عن رد فعله بالمنزل عندما يضربه احد أخويه أو والديه، وتشجيعه عن التعبير عن نفسه بلا تردد أو خوف وبثقة، وتعديل السلوكيات الخاطئة غير المرغوبة التي يقوم بها حتى يتعلم أن يتحكم في مشاعره وردود أفعاله، والتدريب على استخدام تدريبات التنفس لتهدئته، وإن يعد من واحد لعشرين قبل أن يقوم بأي رد فعل ويسأل نفسه هل ما سأقوم به صح أم خطأ؟ وهل سأعاقب عليه من والدي؟، التدريب على أن يحكي قصة مفهومة ليعبر لفظيا عن مواقف متغيرة، ويمكن استخدام بعض الصور ويطلب من الطفل أن يحكي قصة عن الصورة ولابد أن تحتوي قصته عن ما كان يحدث قبل الصورة وما يحدث أثناءها وما يحدث بعد فترة، وهنا تتضح قدرة الطفل على استخدام اللغة في المواقف الاجتماعية، وقدرته على إدارة مشاعره وكيفية التعامل مع الصدمات.

ونوصي في نهاية هذا المقال ببعض التوصيات التي من شأنها أن تنعكس ايجابيا في تأثيرها على الطفل المعاق فكريا منها:

1. توعية أسر المعاقين فكريا بأهمية المهارات الحياتية وتنميتها من خلال عقد ندوات وبث برامج إذاعية وتلفزيونية هادفة.
2. عقد دورات تدريبية للمشرفين والأخصائيين على أنشطة البرامج الحديثة والمختلفة التي تراعى تنمية المهارات الحياتية للأطفال المعاقين فكريا حتى يمكن تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لهم.
3. ضرورة إعداد برامج تلفزيونية خاصة للمعاقين فكريا لإكسابهم المهارات المختلفة ومنها المهارات الحياتية وتنميتها لتشكيل السلوك السوي.

4. ضرورة العمل على دمج الأطفال المعاقين فكريا مع الأطفال الأسوياء عن طريق تخصيص فصول لهم في مدارس الأسوياء لتفاعلهم معا وإكسابهم المهارات الحياتية ومشاركتهم في ممارسة الأنشطة المختلفة.

العناية بالذات للمعاقين عقليا من الاشياء المهمة جدا لذلك يجب ان نتعرف على اساسيات العناية الكاملة للمعاقين في هذه المقالة.

الاضطراب العقلي النمائي، أو عجز التعلم العام ، وكانت تعرف سابقًا بالتخلف العقلي ، هي اضطراب في النمو العصبي يتميز بضعف الأداء الفكري والتكيفي. تعرف الإعاقة الذهنية عندما يقل معدل ذكاء عن ٧٠ بالإضافة إلى عجز في سلوكين تكيفيين أو أكثر مما يؤثر على سلوكيات الحياة اليومية والعامة. مع تركيز هذه الإعاقة على التعلم بشكل كامل تقريبا، يتضمن التعريف الآن عنصرا يتعلق بالأداء العقلي وآخر بمهارات الفرد الوظيفية في بيئته على حد سواء. ونتيجة لهذا التركيز على قدرات الأشخاص في الواقع فإن فردًا بمعدل ذكاء منخفض بشكل غير عادي قد لا يعتبر معاقًا ذهنيًا. الإعاقة الذهنية تقسم إلى الإعاقة الذهنية المتلازمة، وفيها تكون صعوبات التعلم مقترنة بعلامات وأعراض أخرى طبية وسلوكية، والإعاقة الذهنية غير المتلازمة، وفيها تظهر الصعوبات دون أن يرافقها علامات أخرى غير طبيعية. من الأمثلة على الإعاقة الذهنية المتلازمة: متلازمة داون ومتلازمة الكروموسوم الجنسي X الهش. تصيب الإعاقة الذهنية لأسباب غير معروفة ٩٥ مليون شخص حسب ما سجل عام ٢٠١٣. أي ما يشكل ٢-٣٪ من مجموع السكان. ٧٥-٩٠٪ من المصابين لديهم إعاقة من الدرجة الخفيفة. يجدر بالذكر أن الإعاقة من الدرجة الخفيفة غير معروفة الأسباب تشكل ما نسبته ٣٠-٥٠٪ من الحالات. أما ربع الحالات تقريبا فهي بسبب اختلال جيني. المصطلحات المستخدمة لهذه الحالة خاضعة للتبديل المستمر للتخفيف من وقع التسميات. هذا يعني أنه أيًا كان المصطلح الذي اختير لهذه الحالة فإنه سيفهم مع الوقت على أنه إهانة. تم ابتكار المصطلحات (تخلف عقلي) و(متخلف عقليًا) في منتصف القرن العشرين لاستبدال مجموعة المصطلحات السابقة، التي اعتبرت جارحة. ومع نهاية القرن العشرين صار ينظر إلى هذين المصطلحين -على نطاق واسع- على أنهما مذمتان جارحتان يجب استبدالهما . أما اليوم فيفضل المصطلح (إعاقة ذهنية) من قبل معظم المحامين والباحثين في معظم البلدان الناطقة بالإنجليزية. وبالنسبة للعام ٢٠١٥، فإن المصطلح (تخلف عقلي) لا زال يستخدم من قبل منظمة الصحة العالمية في المراجعة العاشرة للتصنيف الدولي للأمراض (ICD-10)، حيث تحتوي على قسم تحت اسم "تخلف عقلي" في الفئات F70-F79 . يتوقع استبدال "تخلف عقلي" في المراجعة القادمة ICD-11 بـ "إعاقة ذهنية" أو "اضطراب عقلي نمائي"، كما هو معتمد حاليا لدى الدليل الخامس لتشخيص الاضطرابات النفسية DMS-5. لا يزال المصطلح (تخلف عقلي) يستخدم في الأوساط الطبية المتخصصة حول العالم، وكذلك في أوراق البحث العلمي والتأمين الصحي.

تدريب مهارات العناية الذاتية

* خلفية نظرية عن العناية الذاتية

* تقسم مهارات العناية الذاتية إلى عدة مهارات رئيسية :

١- مهارات النظافة وتشمل :

- مهارة غسل اليدين والوجه والأسنان .

- مهارة الاستحمام .

- مهارة الصحة الشخصية .

- مهارة قص الأظافر .

- مهارة استعمال أدوات العناية بالمظهر الخارجي .

٢- مهارة استخدام المراض :

تعتبر مهارات استعمال المراض من المهارات الاستقلالية الرئيسية أيضاً لدى الفرد المعاق عقلياً ويعتمد إتقانه لهذه المهارات على عدد من العوامل الهامة أهمها درجة الإعاقة والظروف التعليمية المناسبة .

- مهارة التعبير بالإشارة أو اللفظ عن الحاجة للذهاب إلى المراض .

- مهارة استعمال أدوات المراض وورق التواليت وصب الماء .

- مهارة خلع الملابس وارتدائها .

- مهارة النظافة والعادات الصحية .

٣- مهارة تناول الطعام وتشمل :

- مهارة استعمال أدوات المائدة .

- مهارة تناول الطعام بدون مساعدة .

- مهارة آداب المائدة .

وتعتبر هذه المهارات من المهارات الاستقلالية الرئيسية ويعتمد إتقانها على عدد من العوامل مثل العمر الزمني ودرجة الإعاقة وطبيعة الأطعمة وقد يبدو الأمر تعلم هذه المهارات أمراً سهلاً للطفل العادي إلا أن الأمر ليس كذلك للطفل ذو الاحتياجات الخاصة .

ويمثل الهدف العام من تنمية مهارات تناول الطعام لدى الفرد المعاق عقلياً في اعتماد الطفل المعاق عقلياً على نفسه في إتمام ذاته وفي قيامه بأنماط السلوك الاجتماعي المناسب المتعلق بمهارات تناول الطعام .

٤- مهارة المظهر العام وتشمل :

- مهارة ارتداء الملابس .

- مهارة خلع الملابس .

- لبس الحذاء .

* الأهداف العامة لإكساب ذوي الاحتياجات الخاصة مهارات العناية الذاتية

١- أن يدرك الطالب لشخصه كفرد متميز يختلف عن الآخرين .

٢- أن يزيد الطالب من ثقته بجسمه .

٣- أن يكتسب الطالب بعض المهارات الحياتية اليومية

(نظافة ، آداب ، طعام ... الخ)

٤- أن يزيد الطالب من وعيه لترتيب مظهره الخارجي .

* الأهداف الخاصة لإكساب ذوي الاحتياجات الخاصة مهارات العناية الذاتية

١- أن يتعرف الطالب على أدوات النظافة (مشط ، بشكير ... الخ) .

٢- أن يتعرف الطالب طرق ارتداء الملابس .

٣- أن يتعرف الطالب طرق خلع الملابس .

٤- أن يعبر الطالب عن حاجته لاستخدام المرحاض .

٥- أن يتعرف الطالب إلى آداب المائدة .

*هيكلية الدروس المقترحة لإكساب ذوي الاحتياجات الخاصة مهارات العناية الذاتية

الموضوع مقسم إلى أربعة مراحل:

١- مهارات النظافة.

٢- مهارات استخدام المرحاض.

٣- تناول الطعام.

٤- مهارات المظهر العام.

*هيكلية لمبنى الدروس المراد اكتسابها:

١- مهارات النظافة:

- غسل اليدين بالماء والصابون

-تعميم الدرس في كل الظروف

- غسل الوجه بالماء والصابون

- تعميم الدرس في كل الظروف

- تنظيف الأنف

- تعميم الدرس في كل الظروف

- تنظيف الأسنان

* خطط الدروس المراد اكتسابها :

١- مهارات النظافة :

أ- غسل اليدين بالماء والصابون .

الأهداف الخاصة :

١- أن يفتح الطالب الحنفية .

٢- أن يمسك الطالب الصابون .

٣- أن يفرك الطالب يديه بالماء والصابون .

٤- أن يشطف الطالب يديه بالماء .

٥- أن يغلق الطالب الحنفية .

٦- أن يجفف الطالب يديه بالبشكير .

سير الدرس :

- شرح المهارة للطلاب عن طريق الكلام .

- القيام بتطبيق المهارة أمام الطلاب .

- إعطاء الفرصة للطلاب القيام بالمهارة مع مراعاة الفروق الفردية وإعطاء المساعدة لمن يحتاج إليه .

الوسائل المستخدمة :

صور لمهارة غسل اليدين ، الحنفية ، الماء ، الصابون (التطبيق العملي).

الفعاليات :- تلوين صورة لولد يغسل يديه .

ب - غسل الوجه بالماء والصابون.

الأهداف الخاصة :

١- أن يشطف الطالب وجهه بالماء .

٢- أن يفرك الطالب وجهه بالماء والصابون .

٣- أن يغسل الطالب وجهه من الصابون .

٤- أن يجفف الطالب وجهه بالمنشفة .

سير الدرس :

- شرح المهارة للطلاب عن طريق الكلام .

- القيام بالتطبيق العملي أمام الطلاب للمهارة .

- مساعدة الطلاب في القيام بالمهارة مع إعطاء ملاحظات حول الصابون والعينين .

الوسائل المستخدمة :- ماء ، صابون ، منشفة ، صورة لمهارة غسل الوجه .

الفعاليات : تلوين صورة لولد يغسل وجهه .

ج- تنظيف الأنف:

الأهداف الخاصة:

-أن يمسك الطالب لفافة المحارم.

-أن يقطع الطالب قطعة محارم مناسبة.

-أن ينظف الطالب باستخدام المحارم.

-أن ينظف الطالب حول أنفه باستخدام المحارم.

سير الدرس:

نعتمد هنا على أسلوب تحليل المهارة إلى أهداف بسيطة ، مع التركيز على التنظيف حول الأنف ، ومحاولة تنشيط حاسة

اللمس للشعور بنزول المخاط من أجل التنظيف .

الوسائل المستخدمة : صورة طالب ينظف أنفه ، التطبيق العملي .

الفعاليات : تلوين صورة طفل ينظف أنفه .

ج- تنظيف الأسنان

الأهداف الخاصة :

١- أن يتعرف الطالب على فرشاة الأسنان .

٢- أن يتعرف الطالب على معجون الأسنان .

٣- أن يمسك الطالب فرشاة الأسنان .

- ٤- أن يضع المعجون على الفرشاة .
- ٥- أن يفرك الطالب أسنانه بالفرشاة والمعجون .
- ٦- أن يفتح الطالب الحنفية .
- ٧- أن يشطف الطالب أسنانه من الصابون بالماء .
- ٨- أن يغلق الطالب الحنفية .
- ٩- أن يجفف الطالب فمه ويده بالبشكير .

سير الدرس :

- عرض صور لفرشاة أسنان ومعجون .
 - عرض فرشاة ومعجون حقيقيين .
 - عرض صور لتسلسل تنظيف الأسنان .
 - التطبيق العملي أمام الطالب .
 - إعطاء الطالب الفرصة للتجربة مع مساعدة .
- الوسائل المستخدمة :- صور لفرشاة أسنان ومعجون ، كذلك صور لتسلسل تنظيف الأسنان ، فرشاة أسنان + معجون أسنان ، ماء ، منشفه .

الفعاليات :- عمل فرشاة أسنان ومعجون .

٢- مهارات استخدام المراض:

- التعبير بالإشارة أو اللفظ عن الحاجة للذهاب إلى المراض

- استعمال أدوات المراض(ورق التواليت)

- النظافة بعد استخدام المراض

٣- مهارة تناول الطعام:

- استعمال أدوات المائدة

- تناول الطعام بمفرده

- آداب المائدة

- تعميم الدرس في كل الظروف

٤- مهارات المظهر العام:

- ارتداء الملابس

- خلع الملابس

- العناية الملابس

- تعميم الدرس في كل الظروف

- لبس الحذاء

٢- مهارات استخدام المراض :

أ- التعبير بالإشارة أو اللفظ عن الحاجة للذهاب للمرحاض .

الأهداف الخاصة :-

١- أن يتعرف الطالب إلى أهمية الذهاب للمرحاض .

٢- أن يعبر الطالب لفظياً عن حاجة الذهاب للمرحاض .

٣- أن يعبر الطالب عن طريق الإشارة حاجته في الذهاب إلى المرحاض .

سير الدرس :

- التوضيح للطالب عن أهمية استخدام المرحاض .

- أعبر لفظياً عن حاجتي للذهاب للحمام وأطلب من الطلاب الإعادة .

- لحين لا يستطيع التعبير لفظياً أوضح له بالإشارة للتعبير عن حاجته بالذهاب إلى المرحاض .

الوسائل المستخدمة :- صورة مرحاض ، حمام الروضة .

الفعاليات : التطبيق العملي .

ب- استعمال أدوات المرحاض (ورق التواليت) .

الأهداف الخاصة :

١- أن يتعرف الطالب على أدوات المرحاض (ورق التواليت) .

٢- أن يتعرف الطالب إلى استخدامات ورق التواليت .

سير الدرس :

- عرض صورة لورق التواليت بالإضافة إلى ورق تواليت حقيقي .

- توضيح أهمية وجود ورق التواليت بالحمام ولم يستخدم .

- استخدام ورق التواليت بعد قضاء الحاجة في الحمام .

الوسائل المستخدمة :

صورة ورق تواليت ، ورق تواليت حقيقي .

الفعاليات : التطبيق العملي .

ج - خلع الملابس وارتدائها

الأهداف الخاصة :

١- أن يفك الطالب أزرار البنطلون .

٢- أن يخلع الطالب ملابسه السفلية عند استخدام المرحاض .

٣- أن يرتدي الطالب ملابسه السفلية بعد الانتهاء من المرحاض .

٤- أن يزرر أزرار البنطلون .

سير الدرس :

- التوضيح للطلاب كيفية فك أزرار البنطلون .

- التوضيح للطلاب كيفية خلع الملابس السفلية عند دخول الحمام .

- توضيح كيفية ارتداء الملابس بعد الانتهاء من الحمام .

- مساعدة الطلاب على ترزير البنطلون .

الوسائل المستخدمة :

بنطلون بأزرار ، ملابس الطلاب .

الفعاليات : فك أزرار بنطلون التطبيق العملي .

د - النظافة بعد استخدام المراض :

الأهداف الخاصة :

١- أن يستخدم الطالب ورق التواليت بعد استخدام المراض .

٢- أن يغسل الطالب يديه بالماء والصابون .

٣- أن يجفف الطالب يديه بالبشكير .

سير الدرس :

- مراجعه لاستخدام ورق التواليت .

- مراجعة تغسيل اليدين بالماء والصابون .

- التوضيح للطلاب أهمية تنظيف اليدين بعد استخدام المراض .

- تجفيف اليدين بالمنشفة .

- تطبيق عملي مع مراعاة للفروق الفردية .

الوسائل المستخدمة : ورق التواليت ، الماء ، الصابون ، البشكير .

الفعاليات : التطبيق العملي .

٣- مهارة تناول الطعام .

أ - استعمال أدوات المائدة .

الأهداف الخاصة :

١- أن يعدد الطالب أدوات المائدة .

٢- أن يتعرف الطالب إلى استعمالات أدوات المائدة .

٣- أن يستعمل الطالب أدوات المائدة بشكل صحيح .

سير الدرس :

- عرض صور لأدوات المائدة (صحن ، ملعقة ، كوب)

- توضيح استعمالات أدوات المائدة للطالب وعدم اللعب بها على الطاولة .

- مساعدة الطالب على استعمال أدوات المائدة بالشكل الصحيح .

الوسائل المستخدمة : صور لأدوات المائدة (ملعقة ، صحن ، كوب) أدوات مائدة حقيقية .

الفعاليات :- تطبيق عملي ، تحمل صحن ، ملعقة ، كوب من صول وكرتون .

ب- تناول الطعام بمفرده .

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يمسك الطالب الملعقة بيده .
- ٢- أن يملأ الطالب الملعقة بالطعام المتوفر .
- ٣- أن يوصل الطالب الطعام إلى فمه .
- ٤- أن يعض الطالب الطعام جيداً .
- ٥- أن يبلع الطالب الطعام .

سير الدرس :

- القيام بدرس تطبيقي في حصة الغداء عن كيفية تناول الطعام .
 - مساعدة الطالب على إمساك الطالب بالملعقة بالشكل الصحيح وتوصيلها إلى الصحن وتعبئتها بالطعام ومن ثم توصيل الملعقة إلى الفم .
 - التوضيح للطالب كيفية مضغ الطلاب بشكل جيد ومن ثم بلعه .
- الوسائل المستخدمة :

صورة لولد يتناول طعامه ، الملعقة ، الصحن ، الأكل .

الفعاليات :

التطبيق العملي .

ج - آداب المائدة

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يتعرف الطالب إلى آداب المائدة .
- ٢- أن يطبق الطالب آداب المائدة .
- ٣- أن يجلس الطالب جلسة صحيحة أثناء تناول الطعام .
- ٤- أن يسمي الطالب الله قبل تناول الطعام .
- ٥- أن يأكل الطالب من الصحن الذي أمامه (صحنه) .
- ٦- أن لا يضايق زملائه أثناء الطعام .
- ٧- أن يقول الحمد لله بعد الانتهاء من الطعام .
- ٨- أن يضع صحنه بالمكان المخصص بعد الانتهاء من الطعام .

سير الدرس :

- تعريف الطالب بآداب المائدة عن طريق قصة بسيطة .
 - محاولة تطبيق هذه الآداب خلال وجبات الطعام في المدرسة (فطور غداء)
 - مساعدة الطالب على تطبيق هذه الآداب وذلك من خلال إعادتها لفظياً على الطالب ومن ثم تطبيقاً .
- الوسائل المستخدمة :

قصة عن آداب المائدة ، صور لأفراد يأكلون .

الفعاليات :

التطبيق العملي .

٤- مهارات المظهر العام :

أ - ارتداء الملابس :

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يذكر الطالب اسم قطعة الملابس التي يلبسها .
- ٢- أن يذكر الطالب أسماء قطع الملابس المعروضة له .
- ٣- أن يحدد الطالب المكان الذي نضع فيه قطع اللبس على الجسم .
- ٤- أن يرتدي الطالب البنطلون .
- ٥- أن يرتدي الطالب البلوزة .

سير الدرس :

- عرض صور ملابس أمام الطلاب وتسميه كل قطعة .
- الطلب من الطلاب تحديد اسم القطعة التي يلبسها .
- مساعدة الطالب في تسمية قطع الملابس المعروضة أمامه ، وأين تلبس هذه الملابس على الجسم .
- تعليم الطالب كيفية ارتداء البنطلون والبلوزة .

الوسائل المستخدمة :

صور لملابس ، ملابس حقيقية .

الفعاليات :- التطبيق العملي ، عمل ملابس من صول .

ب- خلع الملابس

الأهداف الخاصة :

بالإضافة إلى أهداف ارتداء الملابس نضيف الهدف التالي :

- أن يخلع الطالب قطعة الملابس المطلوبة منه .
- أن يرتدي الطالب قطعة الملابس المطلوبة منه .

سير الدرس :

- سيكون مراجعة لارتداء الملابس ودمج خلع الملابس مع تقديم مساعدة للطلاب في فك الأزرار ، إنزال ورفع السحاب .

الوسائل المستخدمة : صور الملابس ، ملابس حقيقية .

الفعاليات : إلصاق ملابس على ورقة عمل ، التطبيق العملي .

ج- العناية بالملابس

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يتعرف الطالب طرق العناية بملابسه النظيفة .
- ٢- أن يرتب الطالب ملابسه بشكل لائق .

سير الدرس :

- عرض صور لطلاب ملابسه مرتبه ونظيفة وطلاب ملابسه غير مرتبة وقذرة .
- التوضيح للطلاب كيفية الحفاظ على ملابسا نظيفة ومرتبة حتى لو أكلنا أو لعبنا واستخدام حصص اللعب والأكل .
- مساعدة الطالب على ترتيب ملابسه عندما يكون بحاجة إلى ذلك .
- الوسائل المستخدمة : صور لولد ملابسه مرتبة ونظيفة وصور لولد ملابسه غير مرتبة وغير نظيفة . ملابس الطالب نفسه .
- الفعاليات : التطبيق العملي .

د- لبس الحذاء

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يتعرف الطالب إلى طريقة ارتداء الحذاء .
- ٢- أن يلبس الطالب الحذاء .
- ٣- أن يربط الطالب أربطة الحذاء .

سير الدرس :

- تعريف الطالب إلى طريقة ارتداء الحذاء وذلك عن طريق إحضار لعبة وإلباسها الحذاء ، وكذلك عن طريق ارتداء المعلمة للحذاء .

- مساعدة الطالب حسب مستواه في ارتداء حذائه .

- تعليم الطالب كيف يربط رباط الحذاء على قطعة لباد لها أربطة .

الوسائل المستخدمة :- دمية ، حذاء ، الطالب نفسه ، قطعة لباد عليها مجسم حذاء وأربطة .

الفعاليات : التطبيق العملي .

هـ- ترتيب الشعر :

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يتعرف الطالب على كيفية تمشيط الشعر بشكل صحيح .
- ٢- أن يتعرف الطالب على أداة تمشيط الشعر .
- ٣- أن يمشط الطالب شعره باستخدام المشط ، الفرشاة .

سير الدرس :

- عرض صور لفرشاة الشعر والمشط وتعريف الطالب أنهما أداة تمشيط الشعر .
- القيام بتمشيط الشعر باستخدام فرشاة أو مشط الشعر أمام الطلاب .
- إعطاء الفرصة للطلاب بتمشيط شعره مع مساعدة حسب المستوى .

الوسائل المستخدمة :

صور لطفل يمشط شعره ، فرشاة ، مشط .