



# أنشطة وظيفية لتنمية مهارات وقدرات الأطفال

قسم العلاج الوظيفي  
2025



## إلى الأسرة الكريمة،

يسرّ فريق العلاج الوظيفي أن يقدم لكم هذا الكتيب الذي يحتوي على أنشطة للعلاج الوظيفي، والذي يتضمن مجموعة متنوعة من الأنشطة لتناسب الأطفال من مختلف الأعمار والقدرات .

يهدف هذا الكتيب إلى توضيح المجالات التي يعمل عليها الأخصائي مع طفلكم خلال الخطة العلاجية، وتشمل: المهارات الحركية الدقيقة، والمهارات الحركية الكبيرة، ومهارات اللعب، والاستقلالية في أداء الأنشطة اليومية، وغيرها من الأنشطة التي تُسهم في تعزيز جودة حياة الطفل .

إن مشاركتكم ودعمكم كأولياء أمور يُعدّ جزءًا أساسيًا من نجاح البرنامج العلاجي، فالتعاون المشترك بين الأسرة والفريق العلاجي يُساعد بشكل كبير في تقدم الطفل بوتيرة أسرع وأكثر فعالية. ومن هذا المنطلق، قمنا بإعداد هذا الكتيب ليُعينكم على فهم الأنشطة العلاجية المقترحة، ومتابعة ما تم تحقيقه، وتطبيق بعض الأنشطة في المنزل بما يتماشى مع الخطة العلاجية .

نأمل أن يكون هذا الكتيب أداة داعمة ومفيدة لكم، وأن يُسهم في خلق بيئة علاجية إيجابية تدعم نمو الطفل وتطوّره .

### ملاحظة/

جميع الأنشطة المذكورة تم اختيارها بناءً على مقياس عالمي معتمد، وهو  
Early Start Denver Model (ESDM)

مع خالص التحية ،  
فريق العلاج الوظيفي في مركز التميز للتوحد.



# Level1



## المهارات الحركية الدقيقة



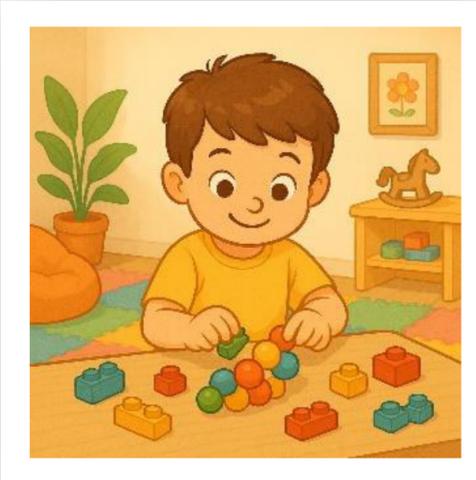
3 - يكمل أحجية بمقبض خشبي  
مكون من ثلث قطع



2- يضع الحلقات على مكدس  
الحلقات



1- يضع شكلًا او شكلين في أداة  
فرز الأشكال



6- يفكك مكعبات البناء



5- يضغط الازرار في خمسة أنواع  
مختلفة من ألعاب السبب والنتيجة



4 - يضع الاوتاد في لوحة الاوتاد



## المهارات الحركية الدقيقة



9 - يرسم علامات وخطوطا وخرششات ونقاطا باستخدام أقلم التحديد \ التلوين



8- يضع ثلاثة مكعبات كبيرة في برج ( أو اكواب التكديس )



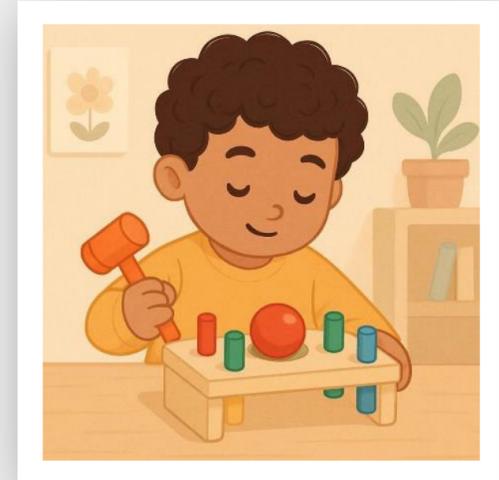
7- يستخدم قبضة الكماشة (بإبهامه وسبابته) وقبضة بثلاثة أصابع (بإبهامه وسبابته ووسطاه) حسب ما يناسبه اللعب



12- يصف مكعبات البناء الكبيرة



11- يغرف ويمسح ويسكب الرمل والماء والرزموا الى ذلك



10- يضرب بمطرقة لعبة بالكرات و الأوتاد وما الى ذلك



## المهارات الحركية الكبيرة



3- الصعود والنزول من المعدات



2- الصعود خطوة أو درجتين على سلم صغير للتزلق



1- الصعود والنزول على السلالم بمساعدة مع عدم تبديل القدمين



6- رمي الكرة و أكياس الفاصوليا في أي اتجاه



5 المشي حول الاشياء بدلا من الدوس عليها



4- حماية النفس عند فقدان التوازن



7- دحرجة الكرة ذهاباً و إياباً مع شخص آخر



## مهارات اللعب



3- يلعب بشكل مستقل بألعاب تتطلب تكرار نفس الفعل على أشياء مختلفة ( حلقات ، وأكواب متداخلة )



2- يلعب بشكل مستقل ومناسب بعشرة ألعاب ذات خطوة واحدة



1- يضع السلوك المناسب مع خمسة صفات مختلفة



6- يلعب بشكل مستقل بألعاب تتطلب عدة حركات مختلفة ( على سبيل المثال، الوضع ، الفتح ، الإزالة ، الإغلاق )



5- يلعب بشكل مستقل بألعاب تتطلب حركتين مختلفتين ( الإخراج ، والوضع )



4- يظهر سلوكيات اللعب المناسبة على مجموعة متنوعة من ألعاب الأطفال ذات الخطوة الواحدة؛ يرمي الكرة ، ويرص المكعبات ، ويضع الاوتاد في الثقوب، ويتدحرج بالسيار



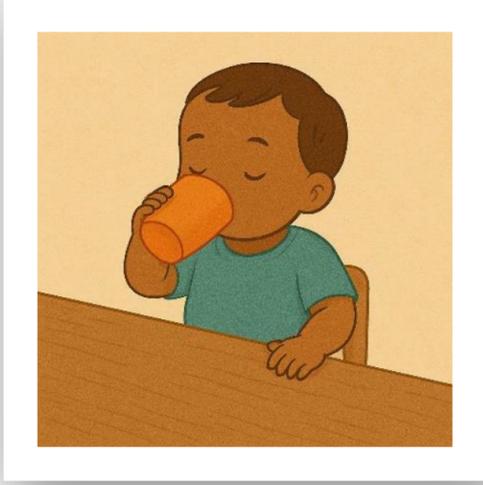
8- يكمل مهمة اللعب ويضعها بعيداً



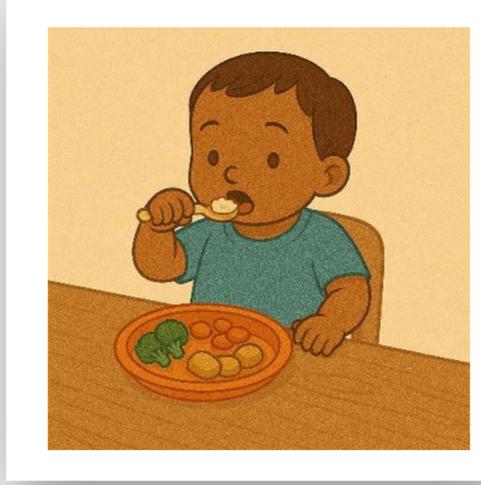
7- يظهر حركات تقليديه على نفسه بمجموعة من الأشياء



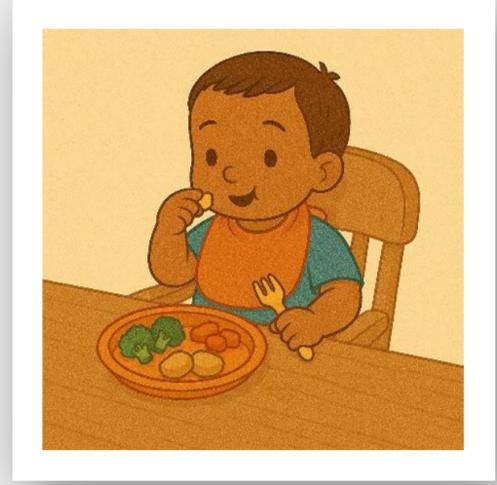
## المهارات الاستقلالية



3 - يستخدم كوبًا مفتوحًا



2 - يتناول وجباته بمفرده



1 - يتناول وجباته على المائدة



6- يتناول مجموعة متنوعة من الأطعمة ذات الملمس والأنواع والمجموعات الغذائية



5 - يستخدم شوكة



4 - يستخدم ملعقة



## المهارات الاستقلالية



9 - يخلع كل قطعة من الملابس بمساعدة



8 - يشرب من الشفاط



7- يتحمل الاطعمة الجديدة في الطبق



12 - يجفف يديه بمنشفة



11 - يضع يديه تحت الماء



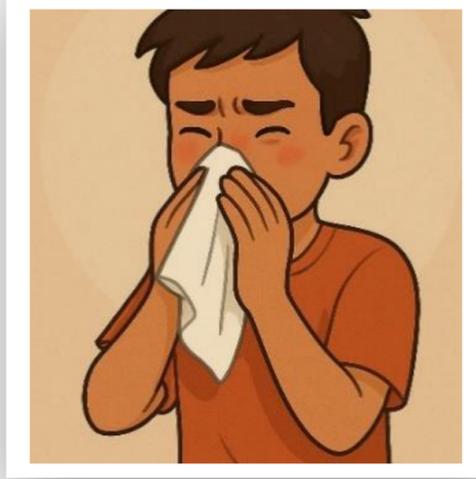
10 - يرتدي كل قطعة من الملابس بمساعدة



## المهارات الاستقلالية



15 - يساعد في تنظيف فرشاة الشعر / المشط



14 - يتحمل تمشيط الشعر ، مسح الأنف ، تنظيف الأسنان



13- يمسح منشفة الوجه على الجسم ، وعلى باقي الجسم



18 - يضع المناديل في سلة المهملات



17 - يضع الملابس المتسخة في سلة الغسيل



16 - يضع فرشاة الاسنان في فمه



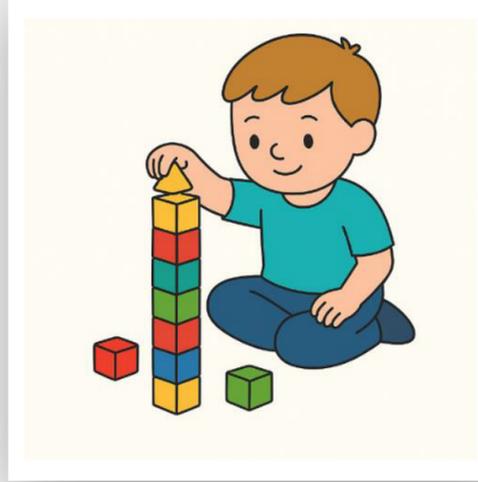
# Level 2



## المهارات الحركية الدقيقة



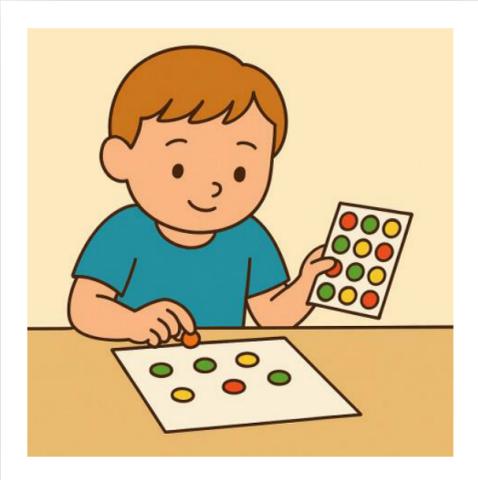
3 - ينسخ ثلاثة تصميمات مكعبات بسيطة أو أكثر



2 - يكبس 8 - 10 مكعبات بقياس 1 بوصة



1 - يضع ثلاثة أشكال أو أكثر في أداة فرز الأشكال بدقة



6 - يضع ملصقات متعددة على الأوراق



5 - يقلد خمسة حركات بسيطة أكثر على عجينة اللعب



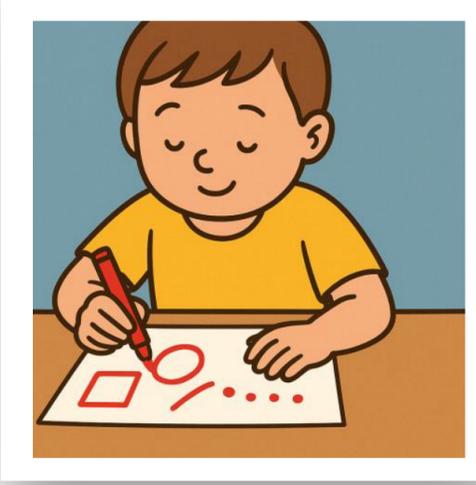
4 - يجمع خمسة مكعبات أو أكثر من مكعبات البناء



7 - يفتح ويغلق مجموعة متنوعة من الحاويات



## المهارات الحركية الدقيقة



10- يقلد الخطوط والخطوط العريضة والنقاط باستخدام قلم التحديد أو التلوين



9 - يربط الأشياء الكبيرة بحبل أو خيط سميك



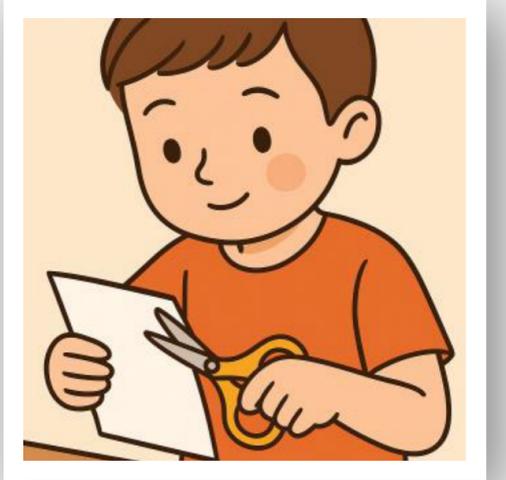
8- يفتح ويغلق السحاب الكبير



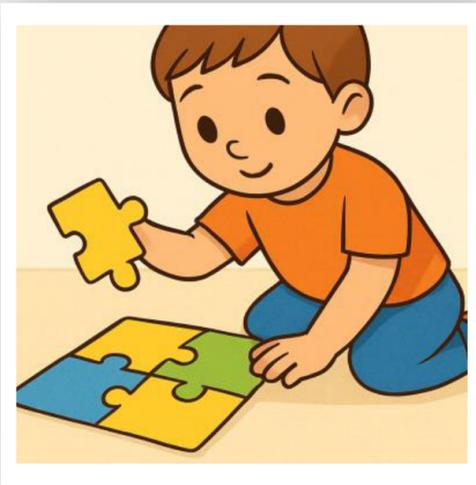
13 - يدمج مجموعة متنوعة من الخرز على أنواع مختلفة من الخيوط



12 - يضع العملات المعدنية في فتحة



11- يقص الورق بالمقص



14 - يكمل الألغاز المكونة من أربع إلى ست قطع



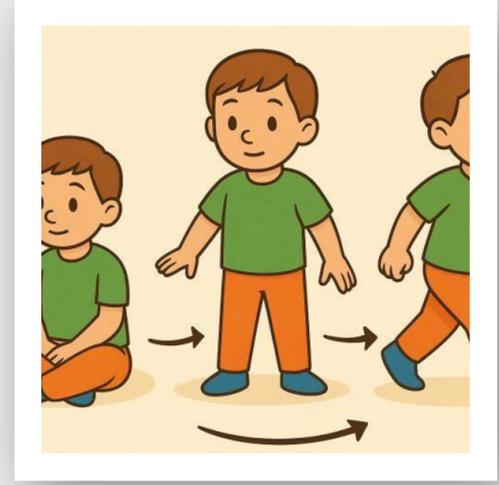
## المهارات الحركية الكبيرة



3 - استخدام بعض معدات الملعب (التسلق، الانزلاق)



2 - القفز من الدرج وتجاوز العوائق على الأرض



1- تقليد الحركات الحركية الكبرى في مجموعة متنوعة من الأوضاع (الجلوس، الوقوف، الحركة)



6- ركل الكرة نحو الهدف



5- دفع العربة أو استخدام عربة اليد



4- ركوب الدراجة ثلاثية العجلات والدفع بالقدمين أو البدء في استخدام الدواسة



7- الحفر بالمجرفة



## مهارات اللعب



3 - استخدام الادوات مع الدمى أو الحيوانات



2- تقليد أو إصدار المؤثرات الصوتية أثناء اللعب مثل: (النطق على الهاتف، ضوضاء السيارة، أصوات الحيوانات)



1-الجمع بين الأشياء ذات الصلة في اللعب (مثل: الكوب على الصحن، الملعقة في الطبق)



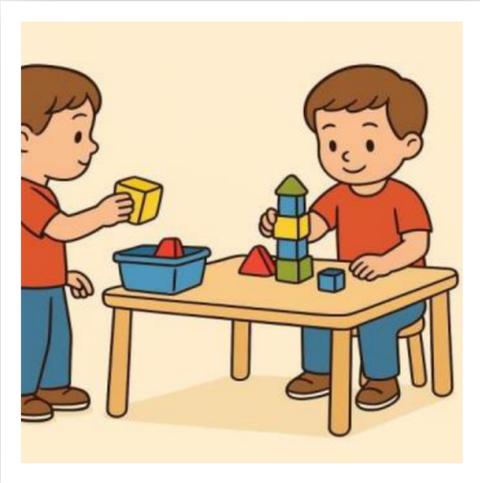
6- يشغل نفسه بشكل مناسب بمواد مفتوحة لمدة 10 دقائق على الأقل في كل مرة مع توجيه من الكبار من حين لآخر



5-اللعب بشكل مناسب ومرن لمدة 10 دقائق مع اشراف الكبار فقط



4- الجمع بين الأفعال ذات الصلة أثناء اللعب (مثل: إطعام - تغطية الطفل - وضعه في السرير)



7- يجمع المواد، يضعها على الطاولة، يكمل مهمة اللعب، ثم يعيد ترتيبها



## المهارات الاستقلالية



3 - يمرر الاطباق عند التوجيه إليه



2- يقدم الطعام لنفسه من وعاء باستخدام أدوات المائدة



1 - يستخدم منديل عند الإشارة إليه



6- يلمس أو يتذوق طعامًا جديدًا  
تم تقديمه له عدة مرات



5- يبقى على الطاولة مع رفيقه طوال  
مدة وجبة الطفل



4- يحمل الطبق والكوب وأدوات المائدة إلى  
الحوض أو الطاولة عند الانتهاء



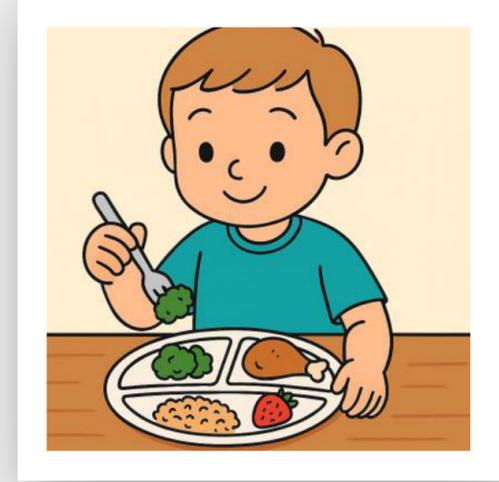
## المهارات الاستقلالية



9 - يخلع جميع الملابس بشكل مستقل ويضعها في السلة



8 - يشرب الماء بشكل مستقل



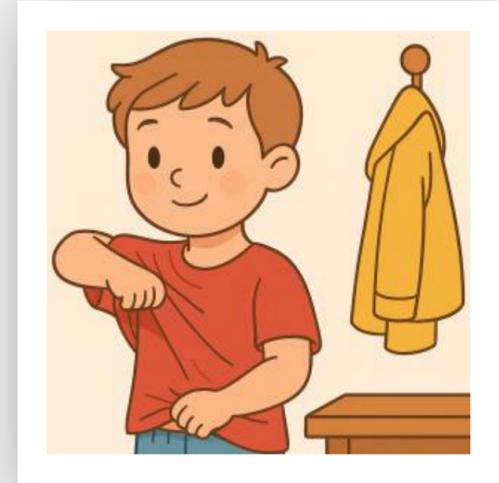
7- يأكل من جميع مجموعات الطعام



12 - يمسح وجهه بقطعة قماش دافئة عندما يطلب منه ذلك



11 - يخلع السترة و القبعة ويضعها على الخطاف



10 - يكمل بعض خطوات ارتداء كل قطعة من الملابس بشكل مستقل



## المهارات الاستقلالية



15 - يتعاون مع غسل الشعر أو قصه



14 - يشارك في جميع خطوات غسل اليدين



13 - يمسح انفه عندما يطلب منه ذلك



18 - يساعد في وضع المرطب



17 - يضع الألعاب بعيدا عندما يطلب منه ذلك في نهاية الاستحمام



16 - يلعب بخمسة ألعاب استحمام بشكل مناسب



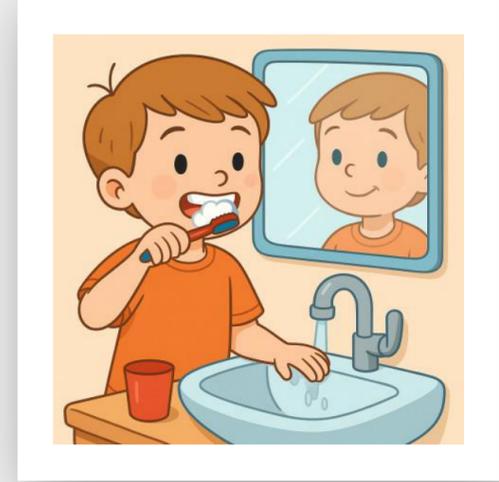
## المهارات الاستقلالية



21 - يعرف خطوات الاستعداد لوقت النوم



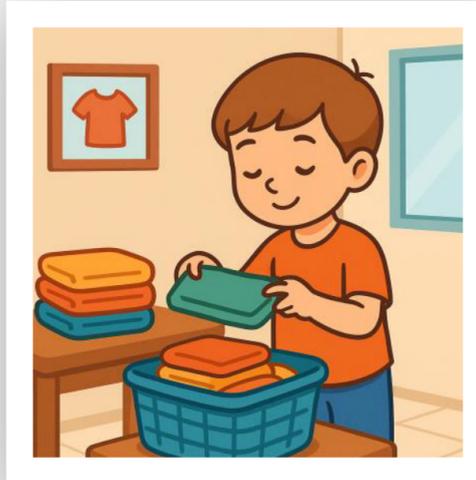
20 - ينام بشكل مستقل بعد التجهيز لوقت النوم



19- ينظف فرشاة الأسنان



24 - يرتدي الجوارب



23 - يضع الملابس المجففة في السلة



22 - يفرز أدوات المائدة من غسالة الصحون إلى صينية أدوات المائدة



25 - يسكب الماء أو الطعام في طبق الحيوانات الأليفة



# Level 3



## المهارات الحركية الدقيقة



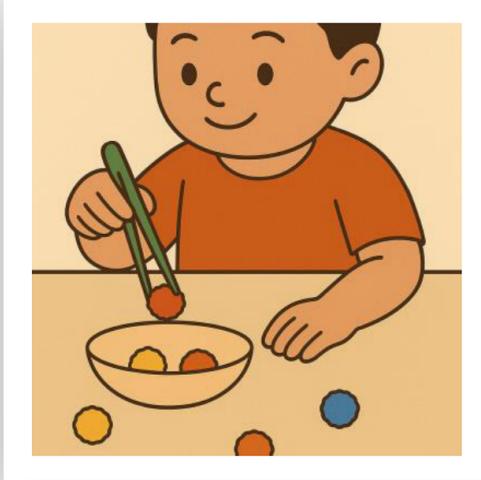
3- يحاكي ويبني مكعبات البناء المختلفة باستخدام مجموعة متنوعة من مواد البناء



2- يحاكي رسم الدائرة والاكس والمربع والخط القطري ..



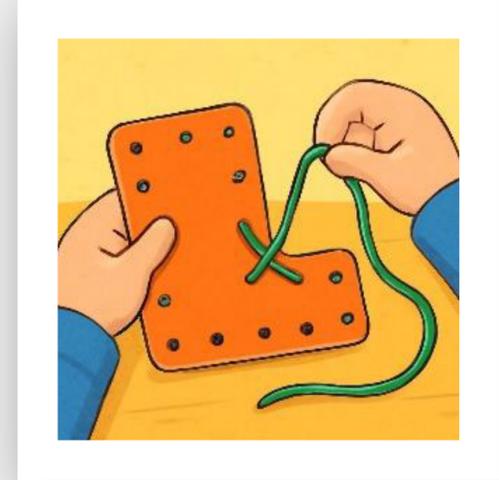
1- يكمل حل الألغاز المتشابكة المكونة من خمس إلى ست قطع



6- يستخدم مجموعة متنوعة من الأدوات الالتقاط الأشياء وضعها من الملقط والشوكة



5- يرسم الخطوط والمنحنيات باصبعه وأداة الكتابة



4 - يربط الأشياء الكبيرة بحبل أو خيط سميك



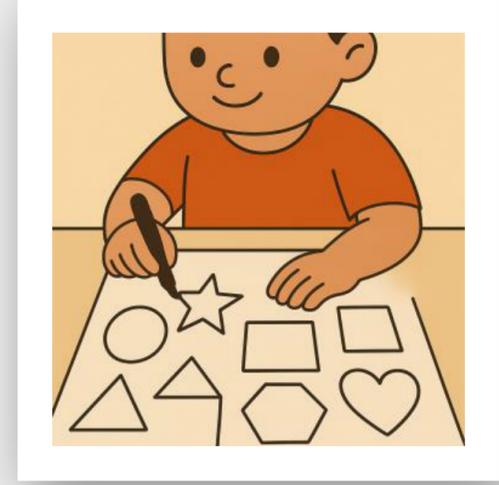
## المهارات الحركية الدقيقة



9- يقطع على خط مستقيم ومنحن .



8- يستخدم المقص بقبضة مناسبة  
ويستخدم اليد الاخرى لتثبيت الورق وتدويره



7- يرسم مجموعة متنوعة من الأشكال



11- ينفذ عدة اعمال مختلفة باستخدام  
عجينة اللعب - يستخدم مجموعة  
متنوعة من الأدوات



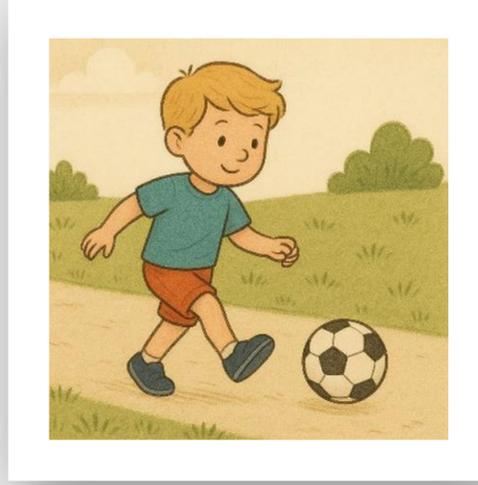
10- ينفذ مشاريع فنية بسيطة من خطوتين  
قص ولصق، ختم باستخدام وسادة حبر، طي  
الورق وقطع على الخط .



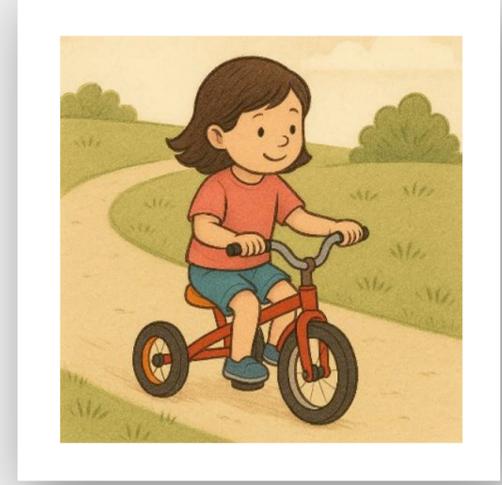
## المهارات الحركية الكبيرة



3- يستخدم جميع معدات الملعب مثل المراجيح والزحاليق



2- يركل بش ل جيد ومتوازن



1- يركب دراجة ثلاثية العجلات جيدا ويدوس ويوجه ، يتبع المسار



6- يقفز على قدم واحدة



5- يقلد الأفعال الحركية الكبرى كأن يتحرك على الأغاني والموسيقى



4- يلعب لعبة المطاردة مع البالغين والأقران، ويجري بسلسلة، ويغير الاتجاه بتوازن جيد



## مهارات اللعب



3- يؤدي فعلين أو أكثر مرتبطين بدمية أو حيوان عند توجيهه



2- يربط بين ثلاثة أو أكثر من الأفعال ذات الصلة في تسلسل اللعب



1- يتضمن اللعب البناء تسلسل مخططات معقدة بأشياء منسقة ومتعددة على سبيل المثال، الشاحنات في الطريق، يرتب قطع البناء لبناء مبنى، والخرز الذي يصنع قلدة .



6- يرتب أدوات اللعب حسب المطلوب



5- ينفذ الأفعال على الدمى أو أشكال الحيوانات بشكل عفوي



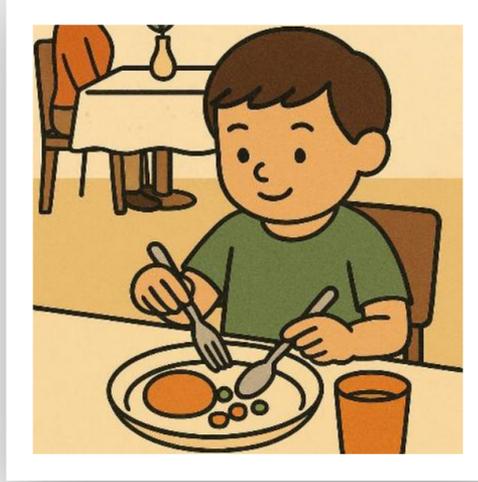
4 - يضع الأشكال على الأثاث المصغر والمرتببات وما إلى ذلك ، عندما يكون ذلك مناسباً



## المهارات الاستقلالية



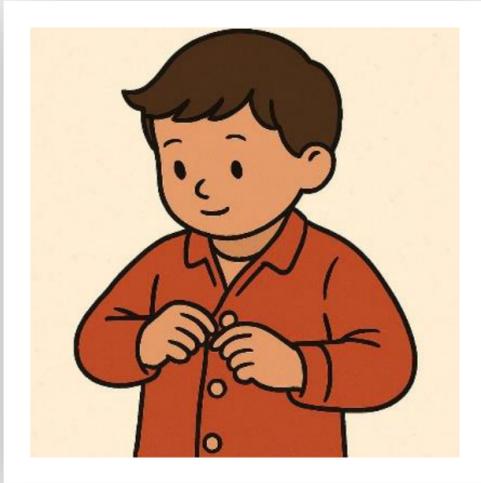
3- يستخدم الجداول البصرية وما إلى ذلك بشكل مستقل، إذا لزم الأمر في المنزل والمدارس



2- يتصرف بشكل مناسب في المطعم



1- يستخدم الملعقة والشوكة والكوب بشكل انيق ودون انسكاب



6- يرتدي ملابس ويخلعها عند اللزوم (يفك أزرار الملابس السحابات والأزرار)



5- يفتح ويغلق حقيبة الظهر بشكل مستقل، يضع الأشياء ويزيلها عند الطلب



4- يحمل المواد الخاصة به من وإلى السيارة والمدرسة والمنزل



## المهارات الاستقلالية



9- يكمل جميع خطوات غسل اليدين بشكل مستقل



8- ينظم الملابس في المراض باستثناء الأزرار



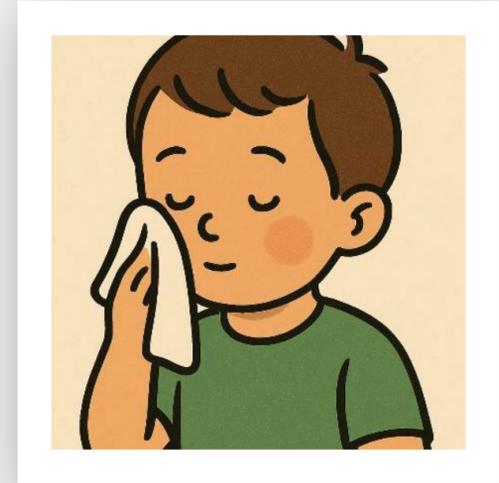
7- يستخدم المراض بشكل مستقل ، ويتخذ جميع الخطوات



12- يغطي الفم عند السعال والعطس



11- يقوم بتمرير الفرشاة أو المشط خلال الشعر



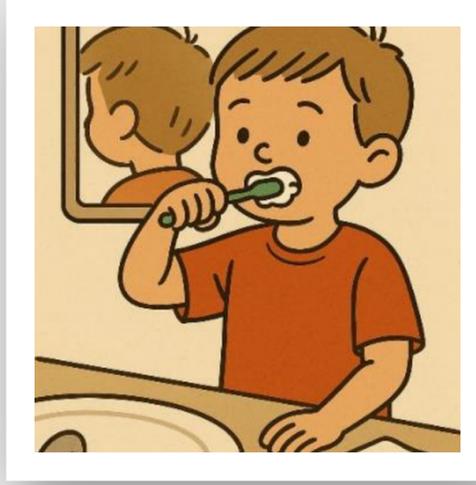
10- يمسح وجهه بقطعة قماش دافئة عند تسليمها إلى الطفل



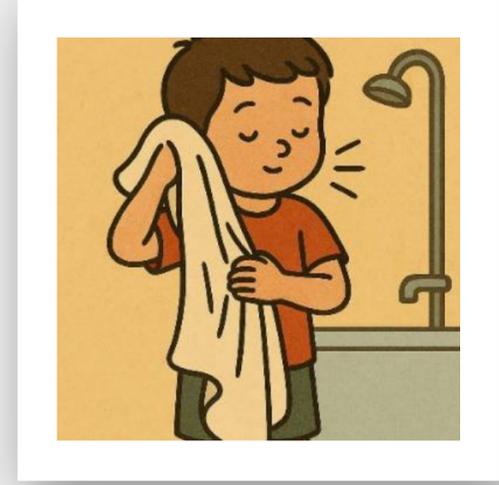
## المهارات الاستقلالية



15- يطعم او يسقي حيوانه الأليف



14- يغسل اسنانه بفرشاة الأسنان ويحركها عدة مرات على اسنانه



13-يساعد بنشاط في الاستحمام، بتجفيف نفسه بعد الاستحمام



18- يضع الملابس النظيفة في الأدراج .



17- يساعد في إفراغ غسالة الأطباق



16- يساعد في تنظيف الطاولة



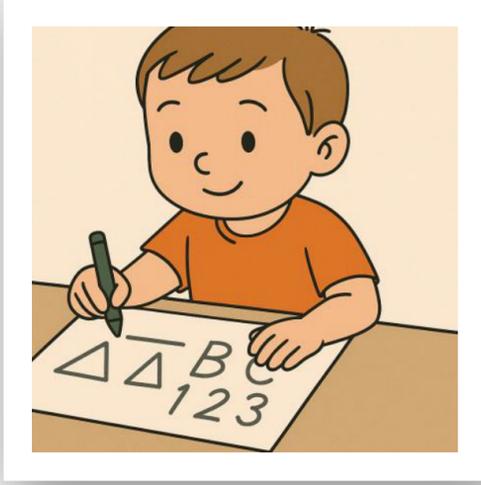
19- ترتيب الالعب عندما يطلب منه ذلك



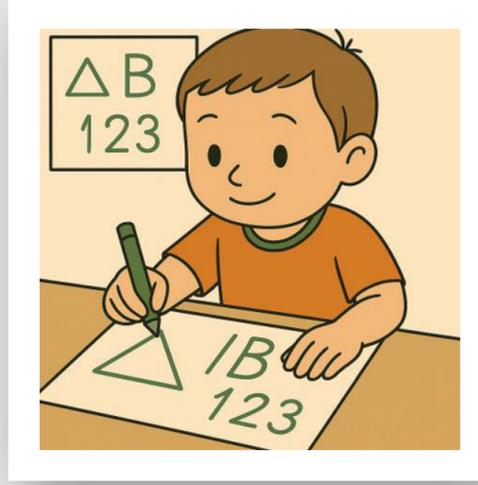
# Level 4



## المهارات الحركية الدقيقة



3- رسم الخطوط و الأشكال وبعض الحروف والأرقام من الذاكرة



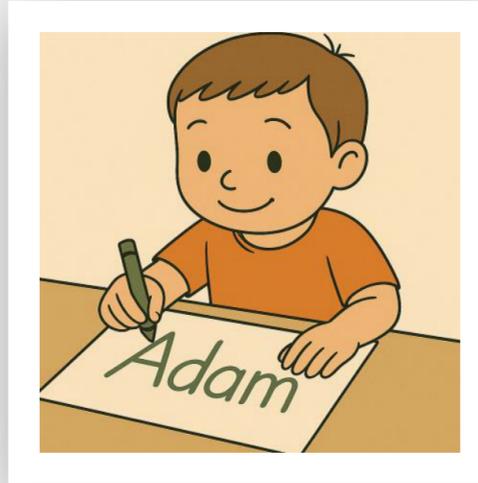
2- تقليد المثلث والحروف باستخدام أداة الرسم المناسبة



1- تلوين الاشكال بدقة باستخدام ألوان مختلفة



6- تتبع الأشكال والحروف



5- كتابة الاسم الأول



4- تقليد ونسخ مجموعة متنوعة من الحروف والأرقام والأشكال



7- التلوين في الأشكال المحددة



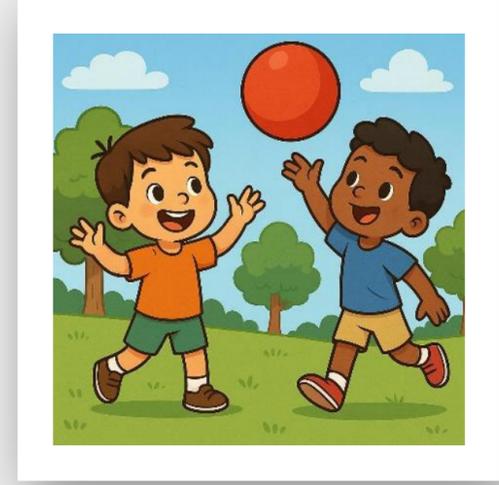
## المهارات الحركية الكبيرة



3-يستخدم جميع معدات الملعب بشكل مستقل ، بما في ذلك الأرجوحة والدوامة



2- يرمي كرة التنس او البيسبول لشخص اخر من فوق الرأس



1-يلعب لعبة التقاط الكرة مع احد الاقران



6-يركب الدراجة بثقة باستخدام عجلت لتدريب مع القدرة على التحكم في السرعة، والمناورة ، والفرملة



5-يلعب العابا مختلفة بالكرات : يرمي الكرة بالسلة ، ويضرب كرة التنس بالمضرب ، وكرة القفز وعصا القولف وأكياس الفاصوليا



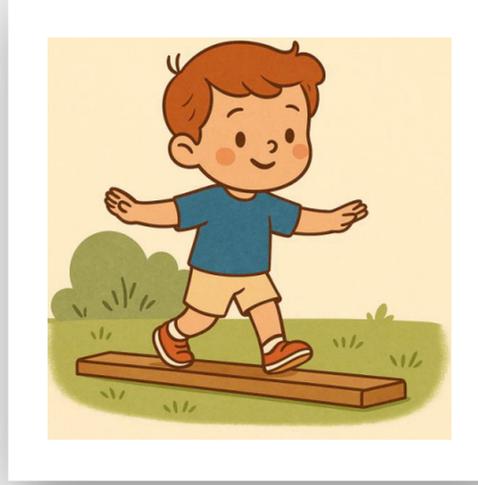
4- يركل الكرة المتحركة



## المهارات الحركية الكبيرة



9- يلعب ألعاباً حركية منظمة) على سبيل المثال، الضوء الأحمر، الضوء الأخضر ( "العلمة الحمراء"، "العلمة المجمدة")



8- يمشي دون انزلاق من عارضة التوازن او الأرصفة



7- يركض ويقفز



## مهارات اللعب



3- يتظاهر باللعب التمثيلي أثناء اللعب .



2- يستخدم أدوات من حوله للعب بها.



1- يظهر الحركات التفاعلية أثناء اللعب



6- يمثل العديد من أحداث الحياة (على سبيل المثال، حفلة عيد الميلاد، الطبيب، بما في ذلك استخدام النصوص اللفظية .



5- يوجه شريكاً في اللعب .



4- يربط تلقائياً بين ثلاثة أو أكثر من السلوكيات ذات الصلة في موضوع اللعب



7- يمثل العديد من مواضيع القصة في اللعب



## المهارات الاستقلالية



3- يغسل يديه بشكل مستقل على مستوى أقرانه



2- يذهب إلى المراض عند الحاجة .



1- يدير جميع الخطوات المتعلقة بالذهاب إلى المراض بشكل مستقل على مستوى أقرانه



6- يساعد بنشاط في الاستحمام، ويجفف نفسه بعد الاستحمام



5 يقوم بتنظيف أو تمشيط الشعر بشكل مستقل



4- يغسل وجهه بمنشفة بشكل مستقل .



## المهارات الاستقلالية



9- ينفخ أنفه عند الإشارة إليه، ويستخدم المناديل عند العطاس، ويغطي السعال والعطاس .



8- يربط ملابسه بنفسه . الأزرار والسحابات .



7- ينفذ جميع خطوات تنظيف الأسنان بشكل مستقل .



12- يساعد في إعداد الطاولة



11- يمشي بأمان بجانب شخص بالغ بشكل مستقل في مواقف السيارات والمتاجر وما إلى ذلك .



10- يتوقف في الشارع؛ يعبر بعد الانتباه في كل الاتجاهين عندما يكون برفقته .



## المهارات الاستقلالية



15- يسكب مشروبه من وعاء صغير .



14- ينظف بعد الانسكابات



13- يستخدم السكين لدهن الطعام .



18- يساعد في أنشطة الطهي التقليب والسكب وما إلى ذلك



17- يصنع وجبة خفيفة من خطوتين .



16 يضع الأطباق في الحوض أو غسالة الأطباق



## المصادر:

Dawson, G., Rogers, S., Munson, J., Smith, M., Winter, J., Greenson, J., ... & Varley, J. (2010). Randomized, controlled trial of an intervention for toddlers with autism: The Early Start Denver Model. *Pediatrics*, 125(1), e17-e23.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4951085/>

Jhuo, R.-A., & Chu, S.-Y. (2022). A review of parent-implemented Early Start Denver Model for children with autism spectrum disorder. *Children*, 9(2), 285.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8870866/>

Rogers, S. J., & Dawson, G. (2010). *Early Start Denver Model for young children with autism: Promoting language, learning, and engagement* Guilford Press

Rogers, S. J., Estes, A., Lord, C., Munson, J., Rocha, M., Winter, J., ... & Dawson, G. (2019). A multisite randomized controlled two-phase trial of the Early Start Denver Model compared to treatment as usual. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, gov/30768394/

[https://pubmed.ncbi.nlm.nih.865.-\(9\),8535](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.865.-(9),8535)



مركز التميز للتوحد  
Autism Center of Excellence



الموقع الإلكتروني

الرقم الموحد

920011452



AceSaudiORG