



# مركز التميز للتوحد

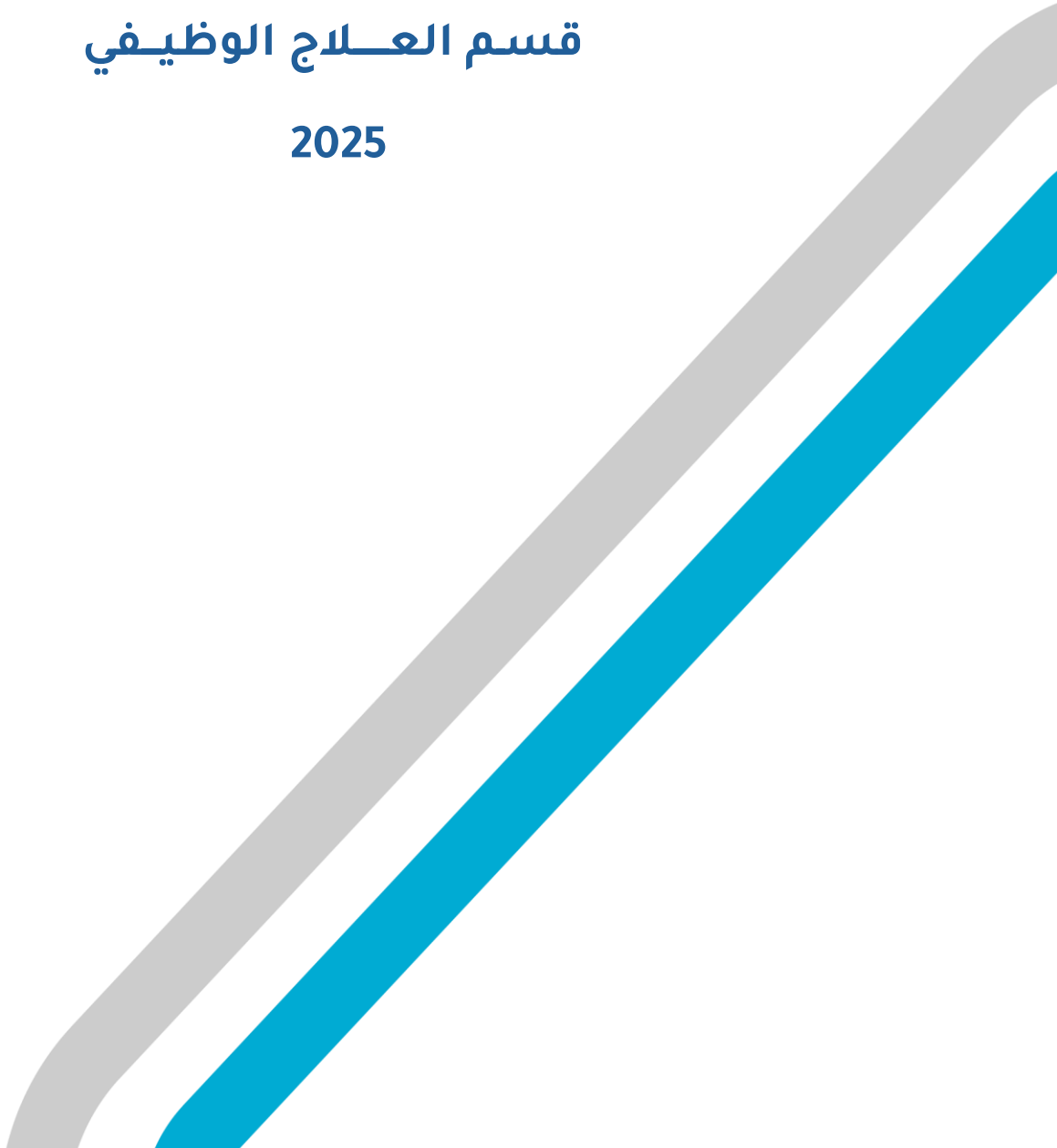
Autism Center Of Excellence



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 لُيعينكم 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.**



## Level 1

### المهارات الحركية الدقيقة

1 - يضع شكلاً أو شكلين في أداة فرز الأشكال



2 - يضع الحلقات على مكبس الحلقات



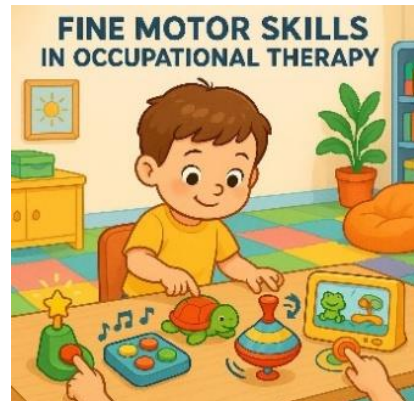
3- يكمل أحجية بمقبض خشبي مكون من ثلاث قطع



4- يضع الاوتاد في لوحة الاوتاد



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



6- يفكك مكعبات البناء





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



10- يضرب بمطرقة لعبة بالكرات و الأوتاد وما الى ذلك



9- يرسم علامات وخطوطا وخربشات ونقاطا باستخدام أقلام التحديد \ التلوين



12- يصف مكعبات البناء الكبيرة



11- يغرف ويمسح ويسكب الرمل والماء والرز وما الى ذلك





## المهارات الحركية الكبيرة

1- الصعود والنزول على السلالم بمساعدة مع عدم تبديل القدمين



2- الصعود خطوة أو درجتين على سلم صغير للترحلق



3- الصعود والنزول من المعدات



4- حماية النفس عند فقدان التوازن





5- المشي حول الأشياء بدلاً من الدوس عليها



6- رمي الكرة و أكياس الفاصوليا في أي اتجاه



7- دحرجة الكرة ذهاباً و إياباً مع شخص آخر





## مهارات اللعب

2- يلعب بشكل مستقل ومناسب بعشرة ألعاب ذات خطوة واحدة



1- يضع السلوك المناسب مع خمسة صفات مختلفة



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



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



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 )





8- يكمل مهمة اللعب ويضعها بعيداً



7 - يظهر حركات تقليديه على نفسه بمجموعة من الأشياء





## المهارات الاستقلالية

|                                                                                                                        |                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1- يتناول وجباته على المائدة</p>  | <p>2- يتناول وجباته بمفرده</p>                                                       |
| <p>3- يستخدم كوبًا مفتوحًا</p>      | <p>4- يستخدم ملعقة</p>                                                              |
| <p>5- يستخدم شوكة</p>              | <p>6- يتناول مجموعة متنوعة من الأطعمة ذات الملمس والأنواع والمجموعات الغذائية</p>  |



8- يشرب من الشفاط



7- يتحمل الاطعمة الجديدة في الطبق



10- يرتدي كل قطعة من الملابس بمساعدة



9- يخلع كل قطعة من الملابس بمساعدة



12- يجفف يديه بمنشفة



11- يضع يديه تحت الماء





13- يمسح منشفة الوجه على الجسم ، وعلى باقي الجسم



14- يتحمل تمشيط الشعر ، مسح الأنف ، تنظيف الأسنان



15- يساعد في تنظيف فرشاة الشعر / المشط



16- يضع فرشاة الاسنان في فمه



17- يضع الملابس المتسخة في سلة الغسيل



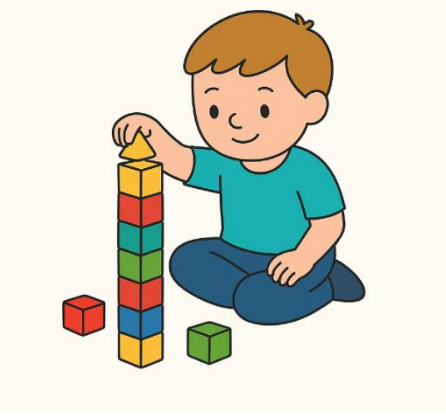
18- يضع المناديل في سلة المهملات





## Level 2

### المهارات الحركية الدقيقة

|                                                                                                                                               |                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1- يضع ثلاثة أشكال أو أكثر في أداة فرز الأشكال بدقة</p>  | <p>2- يكدس 8-10 مكعبات بقياس 1 بوصة</p>                |
| <p>3- ينسخ ثلاثة تصميمات مكعبات بسيطة أو أكثر</p>         | <p>4- يجمع خمسة مكعبات أو أكثر من مكعبات البناء</p>  |



6- يضع ملصقات متعددة على الأوراق



5- يقلد خمسة حركات بسيطة أو أكثر على عجينة اللعب



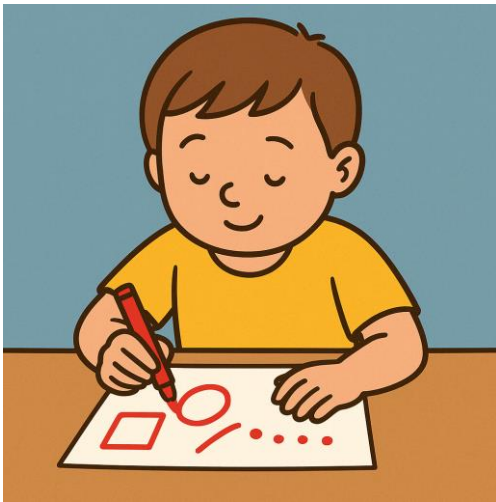
8- يفتح ويغلق السحاب الكبير



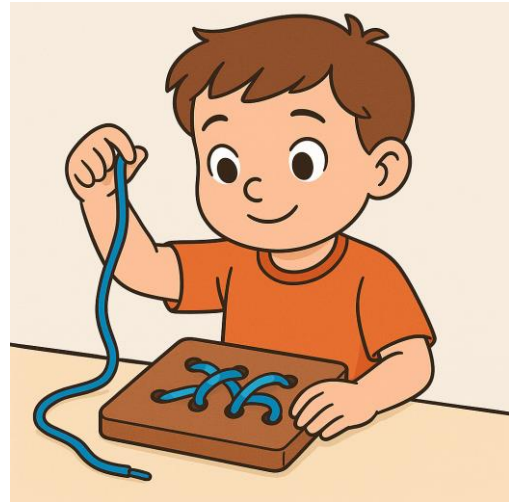
7- يفتح ويغلق مجموعة متنوعة من الحاويات



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



9- يربط الأشياء الكبيرة بحبل أو خيط سميك





12- يضع العملات المعدنية في فتحة



11- يقص الورق بالمقص



14- يكمل الألغاز المكونة من أربع إلى ست قطع



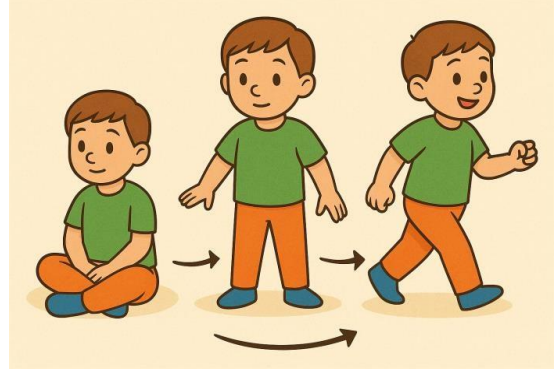
13- يدمج مجموعة متنوعة من الخرز على أنواع مختلفة من الخيوط





## المهارات الحركية الكبيرة

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



2- القفز من الدرج وتجاوز العوائق على الأرض



3- استخدام بعض معدات الملعب (التسلق، الانزلاق)



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





6- ركل الكرة نحو الهدف



5- دفع العربة أو استخدام عربة اليد



7- الحفر بالمجرفة





## مهارات اللعب

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



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



3- استخدام الادوات مع الدمى أو الحيوانات



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

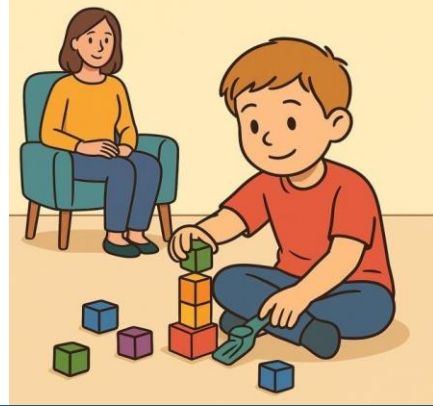




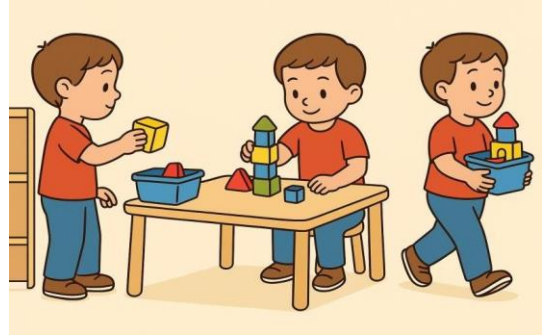
6- يشغل نفسه بشكل مناسب بمواد مفتوحة لمدة 10 دقائق على الأقل في كل مرة مع توجيه من الكبار من حين لآخر



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



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





## المهارات الاستقلالية

1- يستخدم منديلاً عند الإشارة إليه



2- يقدم الطعام لنفسه من وعاء باستخدام أدوات المائدة



3- يمرر الاطباق عند التوجيه إليه



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



5- يبقى على الطاولة مع رفيقه طوال مدة وجبة الطفل



6- يلمس أو يتذوق طعاماً جديداً تم تقديمه له عدة مرات

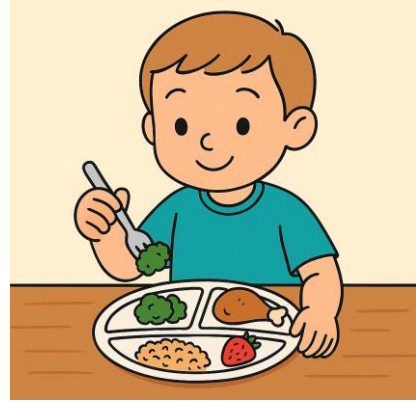




8- يشرب الماء بشكل مستقل



7- يأكل من جميع مجموعات الطعام



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



9- يخلع جميع الملابس بشكل مستقل ويضعها في السلة



12- يمسح وجهه بقطعة قماش دافئة عندما يطلب منه ذلك



11- يخلع السترة و القبعة ويضعها على الخطاف





14- يشارك في جميع خطوات غسل اليدين



13- يمسح انفه عندما يطلب منه ذلك



16- يلعب بخمسة ألعاب استحمام بشكل مناسب



15- يتعاون مع غسل الشعر أو قصه



18- يساعد في وضع المرطب



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





20- ينام بشكل مستقل بعد التجهيز لوقت النوم



19- ينظف فرشاة الأسنان



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



21- يعرف خطوات الاستعداد لوقت النوم



24- يرتدي الجوارب



23- يضع الملابس المجففة في السلة





25- يسكب الماء أو الطعام في طبق الحيوانات الأليفة





## Level 3

### المهارات الحركية الدقيقة

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



2. يحاكي رسم الدائرة والاكس والمربع والخط القطري..



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

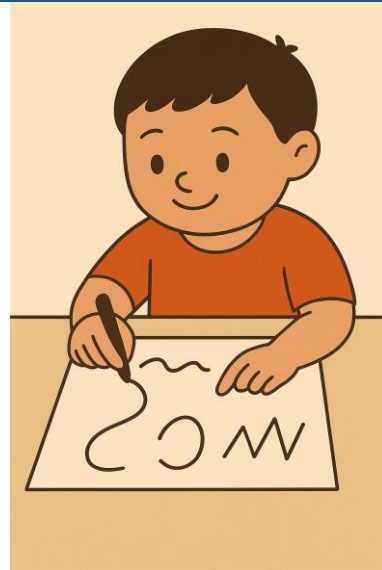


4- يربط الأشياء الكبيرة بحبل أو خيط سميك



4. يرسم الخطوط والمنحنيات باصبعه وأداة الكتابة.

5. يستخدم مجموعة متنوعة من الأدوات لالتقاط الأشياء وضعها من الملقط او الشوكة





6. يرسم مجموعة متنوعة من الأشكال.



7. يستخدم المقص بقبضة مناسبة ويستخدم اليد الأخرى لتثبيت الورق وتدويره



8. يقطع على خط مستقيم ومنحن.



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



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





## المهارات الحركية الكبيرة

2 - يركل بشكل جيد ومتوازن



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



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



3 - يستخدم جميع معدات الملاعب مثل المراجيح و الزحاليق



6 - يقفز على قدم واحدة



5 - يقلد الأفعال الحركية الكبرى كأن يتحرك على الأغاني والموسيقى





## مهارات اللعب

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 قلادة.



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



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



6 - يرتب أدوات اللعب حسب المطلوب



5 - ينفذ الأفعال على الدمى أو أشكال الحيوانات بشكل عفوي





## المهارات الاستقلالية

|                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1 - يستخدم الملعقة والشوكة والكوب بشكل انيق ودون انسكاب</p>                                | <p>2 - يتصرف بشكل مناسب في المطعم</p>                                               |
| <p>3 - يستخدم الجداول البصرية وما إلى ذلك بشكل مستقل، إذا لزم الأمر في المنزل والمدارس.</p>  | <p>4 - يحمل المواد الخاصة به من وإلى السيارة والمدرسة والمنزل.</p>                 |
| <p>5 - يفتح ويغلق حقيبة الظهر بشكل مستقل، يضع الأشياء ويزيلها عند الطلب.</p>                | <p>6 - يرتدي ملابس ويخلعها عند اللزوم (يفك أزرار الملابس السحابات والأزرار).</p>  |



8 - ينظم الملابس في المراض باستثناء الأزرار.



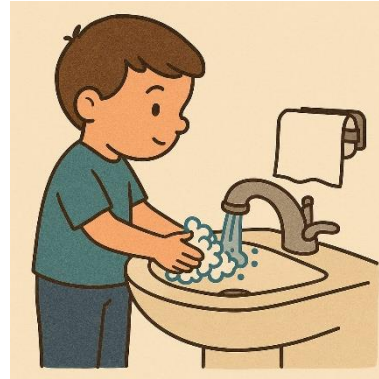
7 - يستخدم المراض بشكل مستقل، ويتخذ جميع الخطوات



10 - يمسح وجهه بقطعة قماش دافئة عند تسليمها إلى الطفل



9 - يكمل جميع خطوات غسل اليدين بشكل مستقل.



12 - يغطي الفم عند السعال والعطس



11 - يقوم بتمرير الفرشاة أو المشط خلال الشعر.





|                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>13 - يساعد بنشاط في الاستحمام، بتجفيف نفسه بعد الاستحمام</p>  | <p>14- يغسل اسنانه بفرشاة الأسنان ويحركها عدة مرات على اسنانه</p>  |
| <p>15- يطعم او يسقي حيوانه الأليف.</p>                          | <p>16- يساعد في تنظيف الطاولة.</p>                                |
| <p>17- يساعد في إفراغ غسالة الأطباق</p>                        | <p>18- يضع الملابس النظيفة في الأدراج.</p>                       |
| <p>19- ترتيب الالعب عندما يطلب منه ذلك</p>                     | <p>20-</p>                                                                                                                                          |



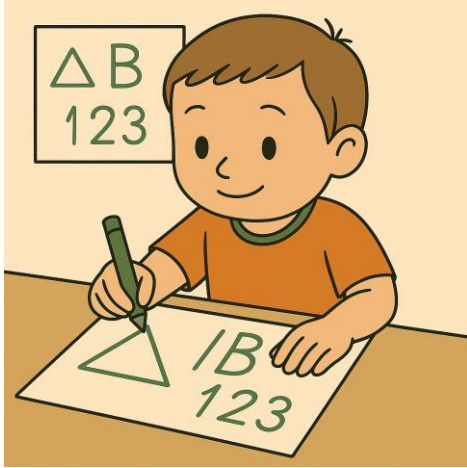
## Level 4

### المهارات الحركية الدقيقة

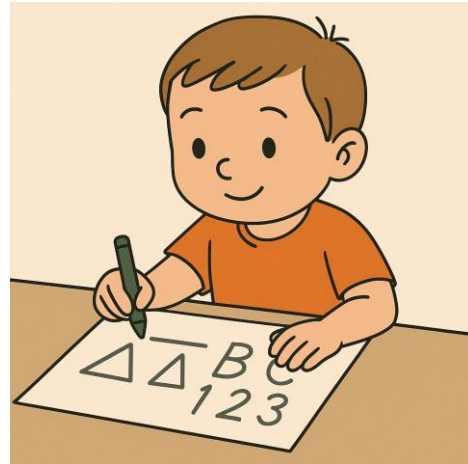
1- تلوين الأشكال بدقة باستخدام ألوان مختلفة



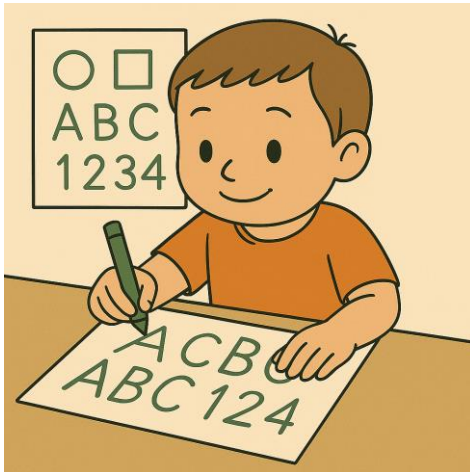
2- تقليد المثلث والحروف باستخدام أداة الرسم المناسبة



3- رسم الخطوط والأشكال وبعض الحروف والأرقام من الذاكرة

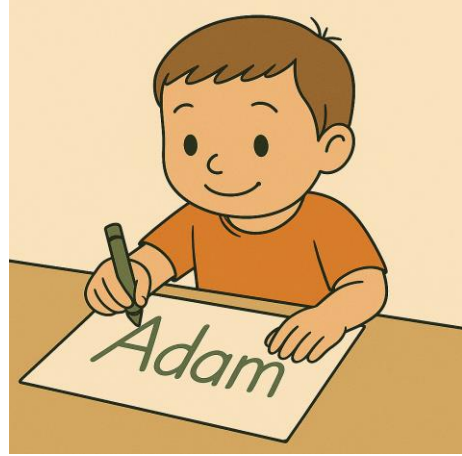


4- تقليد ونسخ مجموعة متنوعة من الحروف والأرقام والأشكال

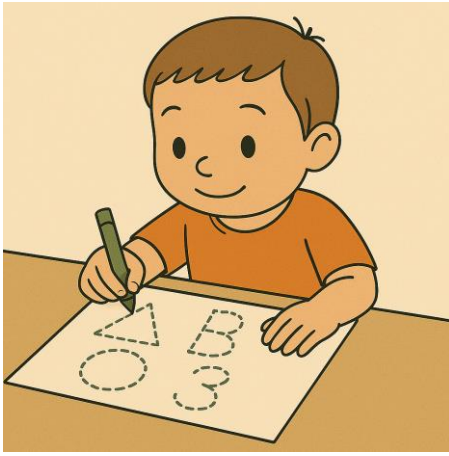




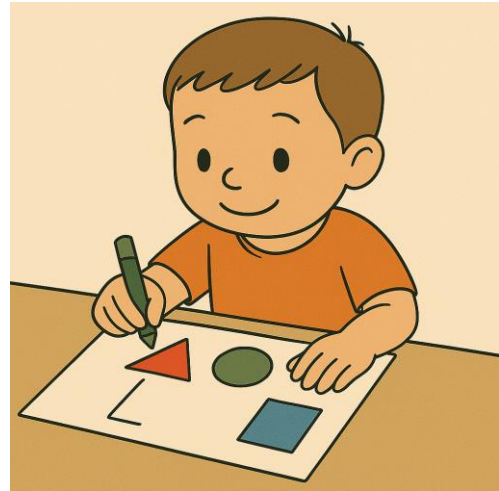
5- كتابة الاسم الأول



6- تتبع الأشكال والحروف



7- التلوين في الأشكال المحددة





## المهارات الحركية الكبيرة

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



1- يلعب لعبة التقاط الكرة مع احد الاقران



4- يركل الكرة المتحركة



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



6- يركب الدراجة بثقة باستخدام عجلات التدريب 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





8- يمشي دون انزلاق من عارضة التوازن او الأرصفة



7- يركض ويقفز



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





## مهارات اللعب

1- يظهر الحركات التفاعلية أثناء اللعب



2- يستخدم أدوات من حوله للعب بها.



3- يتظاهر باللعب التمثيلي أثناء اللعب.



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



5- يوجه شريكًا في اللعب.



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





7- يمثل العديد من مواضيع القصة في اللعب





## المهارات الاستقلالية

2 - يذهب إلى المراض عند الحاجة.



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



4 - يغسل وجهه بمنشفة بشكل مستقل.



3 - يغسل يديه بشكل مستقل على مستوى أقرانه



6 - يساعد بنشاط في الاستحمام، ويجفف نفسه بعد الاستحمام



5 - يقوم بتنظيف أو تمشيط الشعر بشكل مستقل





8 - يربط ملابس به بنفسه . الأزرار والسحابات.



7 - ينفذ جميع خطوات تنظيف الأسنان بشكل مستقل.



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



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



12 - يساعد في إعداد الطاولة



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



4 - ينظف بعد الانسكابات

3 - يستخدم السكين لدهن الطعام.



16 - يضع الأطباق في الحوض أو غسالة الأطباق.



18 - يساعد في أنشطة الطهي التقليب والسكب وما إلى ذلك



15 - يسكب مشروبه من وعاء صغير.



17 - يصنع وجبة خفيفة من خطوتين.





## 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. <https://psycnet.apa.org/record/2010-03916-000>

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*, 58(9), 853–865. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30768394/>