

### ما هو التلاعب باليد؟

- هو القدرة على حمل شئ وتحويله في يد واحدة.
- لماذا تعتبر مهارات التلاعب باليد مهمة؟
- انها تسمح للطفل بتحريك قلم الرصاص من راحة اليد إلى الأصابع، إجراء التعديلات اللازمة على قلم الرصاص للكتابة وتعديله الى المسح بيد واحدة
- تنقسم مهارات التلاعب باليد الى ثلاث فئات رئيسية : الترجمة، التحول، و الدوران
- قد تشمل كل فئة على " التثبيت " وهي القدرة على إمساك الأشياء بالأصابع الخاتم والخنصر، أثناء تحريك الشئ بالابهام والسبابة والأصابع الوسطى
- الترجمة : هي القدرة على تحريك الأشياء بين أطراف الأصابع وراحة اليد ( مثل تحريك العملات المعدنية من راحة اليد الى اطراف الاصابع لوضعها في آلة المبيع او التقاط البينيز وتحريكهم من أطراف الأصابع الى راحة اليد
- التحول : هو القدرة على نقل شئ في متناول يدك (تحريك اطراف اصابعك على طول قلم الرصاص الى نقطة امساك القلم، او تحريك اصابعك على طول المفتاح لإدخاله في القفل)
- الدوران : هي القدرة على قلب الجسم باطراف الاصابع والابهام (على سبيل المثال قلب قلم الرصاص من الكتابة الى المسح)

### مارس الانشطة التالية لتطوير مهارات التلاعب باليد :

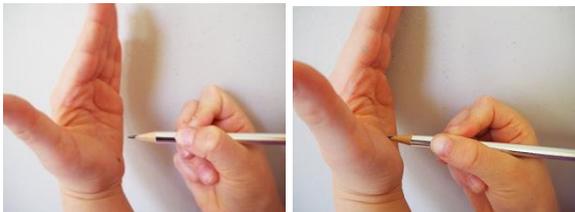
**طوي المنشفة :** إبقاء الرسغ على الطاولة مع وضع منشفة ( او ورقة ) بشكل مسطح وعدلها الى لفة طويلة او كرة باستعمال الاصابع فقط



**الخدروف ( الغزل، البلبل) :** امسك الخدروف بالابهام والسبابة ولفه ليدير



**نقار الخشب :** امسك قلم رصاص باستخدام الابهام والمؤشر والاصابع الوسطى، اسحب اصابعك باتجاه راحة يدك، ثم ادفعهما الى الامام بقدر المستطاع . اجعل طرف القلم يلمس يدك الاخرى ثم ابعده، مثل ما يفعل نقار الخشب على الشجرة



**اليرقة:** امسك قلم الرصاص باستخدام الابهام والمؤشر والاصابع، ثم حرك اصابعك الى الطرف الاخر من القلم ثم ارجع الاصابع مرة اخرى



**المروحية (هليكوبتر):** امسك منتصف قلم الرصاص بالبهام والمؤشر والاصابع الوسطى، قم بتدوير قلم الرصاص مثل شفرة طائرة مروحية عن طريق تبديل الاصابع واحدا تلو الآخر من جانب واحد من قلم الرصاص الى جانب آخر



**العملات المعدنية :** إنتظ عملة معدنية، اخفها في راحة اليد ثم اعدّها الى اطراف الاصابع



**الكرات المنفوشة (بوم بومس) :** امسك اثنتين من الكرات المنفوشة في يدك، قم بتدويرهم بحيث تقوم الكرات المنفوشة بتبديل مواضعها، وكرر ذلك (زد الصعوبة عن طريق الاستبدال بكرات من الرخام)



إذا كان لديكم اي أسئلة او إستفسار حول هذه المعلومات، أو إذا احتجتم المساعدة في هذه الأنشطة، يرجى منكم الإتصال بمدرس طفلكم أو المعالج المهني في مركز جون ماكفني للأطفال.