MAHARAT-RT

دليل كورس ADHD

دليل الأم لفهم المحاور واستخدام الوسائل



www.maharat-rt.com

MAHARAT-RT

سأعرفكم على محتوى الكورس المسجل ثم سأعرض لكم أنشطة مجانية



www.maharat-rt.com

MAHARAT-RT

محاور كورس ADHD

أساسيات في التعامل مع ADHD

تنمية مهارات الضبط للسلوك في الجلسات

الاندفاعية وتدريبات التعامل معها

المشاكل السلوكية أسباب وحلول

تدريبات مناطق المشاعر والتنظيم العاطفي

تدريبات السلوك الإدراكية

ملفات كتيبات وبطاقات لزيادة التركيز

فيديوهات شرح نظري مسجلة للمحاور



استراتيجيات التعامل مع التشتت

رهف الترزي ABA (توحد واض..

3 مشاهدات • قبل 11 يومًا



استراتيجيات الجلسات التدريبية

رهف الترزي ABA (توحد واض..

مشاهدتان (2) • قبل 11 يومًا



جدول النجوم

رهف الترزي ABA (توحد واض..

مشاهدة واحدة • قبل 11 يومًا



الجلسات السلوكية

رهف الترزي ABA (توحد واض..

مشاهدتان (2) • قبل 10 أيام



محور التهيئة

رهف الترزي ABA (توحد واض..

58 مشاهدة • قبل سنتين

فيديوهات للتطبيق العملي للتدريبات



MAHARAT-RT

المحور الأول: أساسيات التعامل مع الطفل

نبدأ بتنظيم يوم الطفل وتهيئة بيئته، لتصبح الأنشطة والتعليمات أوضح وأسهل للمتابعة.

ماذا ستتعلمين؟

- تنظيم روتين يومي واضح يناسب طفلك.
- تهيئة مكان النشاط وتقليل المشتتات.
- تقديم تعليمات قصيرة وواضحة.
- مساعدة الطفل على الانتقال بين الأنشطة.

الوسائل الموجودة في المحور

- صور الروتين اليومي المتسلسلة: لتوضيح ترتيب أنشطة اليوم.
- ملفات الجدول اليومي بالصور المتحركة: لعرض الأنشطة بصورة بصرية واضحة.
- دليل تهيئة البيئة لضبط السلوك: لترتيب المكان والأدوات قبل بدء النشاط.
- أربعة دروس تشرح أساسيات التعامل والتطبيق.

كيف تستخدمين الوسائل؟

شاهدي الدروس، ثم اختاري روتينًا بسيطًا من يوم طفلك. اعرضي صور الأنشطة بالتّرتيب، وأشيري إلى النشاط الحالي وما سيأتي بعده. جهّزي الأدوات وقَللي المشتتات، وقدّمي خطوة واحدة في كل مرة.



ابدئي بروتين واحد، ثم أضيفي أنشطة أخرى تدريجيًا.

MAHARAT-RT

المحور الثاني: تنمية مهارات ضبط السلوك

في هذا المحور، تتعلمين كيف تبدئين أنشطة قصيرة تناسب قدرات طفلك، وتدعم مشاركته وانتباهه وتواصله بالتدريج.

ماذا ستتعلمين؟

- بدء جلسة قصيرة وواضحة تناسب طفلك.
- تنميةّ الجلوس والمشاركة أثناء النشاط، مع استّراحات مناسبة.
- دعم الانتباه والتواصل من خلال اللعب.
- تشجيع السلوك المُناسب والتَدرّج في التدريب.

الوسائل الموجودة في المحور

- دروس تشرح خطوات التدريب وتنمية المهارات.
- دليل عملي للام يشرح بداية التدريب.
- أدوات سلوكية تُستخدم أثناء الجلسُات.
- فيديوهات تطبيقية للجلوس والتواصل واللعب.

كيف تستخدمين الوسائل؟

شاهدي شرح المهارة ثم التطبيق العملي. اختاري هدفًا واحدًا ونشاطًا يحبه طفلك، وجّهّزي الأدوات قبل البدء. قدّمي تعليمات قصيرة، وشجّعي كل محاولة ناجحة، مع إتاحة استّراحة عند الحاجة. زيدي مدة النشاط وصعوبته تدريجيًا بحسب استجابة طفلك.



ابدئي بخطوة يستطيع طفلك إنجازها، ثم ابني عليها.

MAHARAT-RT

المحور الثالث: الاندفاعية وتدريبات الانتظار

في هذا المحور، تتعلمين كيف تساعدين طفلك على التوقف قبل التصرف، والانتظار والمشاركةً بالدور، من خلال تدريبات قصيرة وواضحة.

ماذا ستتعلمين؟

- تدريب الطفل على الانتظار بالتدريج.
- تعليمه انتظار دوره أثناء اللعب.
- استخدام إشارات واضحة للتوقف والبدء.
- دعم الانتباه وإدراك المخاطر في المواقف اليومية.

الوسائل الموجودة في المحور

- خمسة دروس تشرح الاندفاعية والتدريب عليها.
- ملفات إدراك المخاطز ودليل تدريبات الاندفاعية المصوّر.
- فيديوهات تطبيقية للانتظار والجلوس وزيادة التركيز.
- تطبيقات عملية لانتظار الدور وتدريبات Stop–Go.

كيف تستخدمين الوسائل؟

شاهدي الشرح والتطبيق، ثم اختاري لعبة يحبها طفلك. ابدئي بانتظار قصير يستطيع تحمّله، ووضّحي له متى يبدأ باستخدام إشارة ثابتة. شجّعي نجاحه، ثمّ زيدي وقت الانتظار تدريجيًا. تدزبي على تبادل الدور والتوقف والبدء في مكان آمن.



انتظار قصير وناجح هو البداية لانتظار أطول.

MAHARAT-RT

المحور الرابع: فهم المشكلات السلوكية ونوبات الغضب

في هذا المحور، تتعلمين ملاحظة ما يحدث قبل السلوك وبعده، وفهم احتياجات طفلك، وتعليمه طرقًا مناسبة للتواصل والطلب.

ماذا ستتعلمين؟

- ملاحظة المواقف المرتبطة بالسلوك.
- تهيئة الطفل قبل المواقف الصعبة.
- تعليمه طلب المساعدة أو الاستراحة.
- التعامل مع الغضب والضرب مع الحفاظ على الأمان.

الوسائل الموجودة في المحور

- دروس وأدلة لفهم أسباب المشكلات السلوكية.
- شروحات ودليل للتدخلات الاستباقية.
- دليل الطلب العملي وأدلة التعامل مع نوبات الغضب والضرب.
- دروس للسلوك اللفظي والغضب المرتبط بالقلق، وتطبيق لتدريب درجة الصوت المناسبة.

كيف تستخدمين الوسائل؟

اختاري موقفًا يتكرر، وسجّلي ما يحدث قبله وبعده. راجعي الشرح والدليل المرتبطين به، ثم جهّزي طفلك للموقف ودرّيبه على طلب بديل وقت الهدوء. آثناء التصاعد، قلّلي الكلام واهتمي بالأمان. بعد الهدوء، عودي إلى التدريب وشجّعي استخدام البديل.



فهم السلوك يساعدك على اختيار الدعم المناسب.

www.maharat-rt.com

MAHARAT-RT

المحور الخامس: المشاعر ومناطق المشاعر

في هذا المحور، تتعلمين كيف تساعدين طفلك على التعرّف إلى مشاعره وتسميتها، وملاحظة حالته واختيار وسيلة تساعده على التنظيم.

ماذا ستتعلمين؟

- تعليم الطفل تمييز المشاعر وتسميتها.
- ربط المشاعر بالمواقف اليومية وإشارات الجسم.
- استخدام مناطق المشاعر لوصف حالته.
- مساعدته على التعبير عن اختياجاته واختيار أدوات التهدئة.

الوسائل الموجودة في المحور

- ثلاثة دروس تشرح المشاعر ومناطقها.
- كتيّبات تعليم المشاعر.
- كتيّب مناطق المشاعر.
- ملفات المشاعر باللغة الإنجليزية وفيديو تطبيق عملي.

كيف تستخدمين الوسائل؟

ابدئي وقت الهدوء بشعور واحد وموقف مألوف. استخدمي الصور لتسمية الشعور، ثم ساعدي طفلك على ملاحظة إشارات جسمه. اعرضي مناطق المشاعر واسأليه عن حالته دون فرض إجابة. اختارا معًا وسيلة مناسبة، مثل طلب المساعدة أو الاستراحة، وتدرّبًا عليها وقت الهدوء.



كل المشاعر مقبولة، ونتعلّم كيف نعبّر عنها بأمان.

MAHARAT-RT

المحور السادس: تدريبات السلوك الإدراكية

في هذا المحور، تتعلمين استخدام التدريبات المصوّرة لمساعدة طفلك على فهم المواقف، والتفكير في خياراته قبل التصرف.

ماذا ستتعلمين؟

- مساعدة الطفل على وصف الموقف وفهمه.
- مناقشة خيارات التصرف بطريقة بسيطة.
- ربط التصرف بما قد يحدث بعده.
- تطبيق ما يتعلمه على مواقف من يومه.

الوسائل الموجودة في المحور

- درس يشرح تدريبات السلوك الإدراكية.
- ملفات السلوك الإدراكية.
- تطبيق عملي يوضح طريقة التدريب.

كيف تستخدمين الوسائل؟

شاهدي الدرس والتطبيق، ثم اختاري تدريبًا يناسب فهم طفلك. اعرضي موقفًا واحدًا وقت الهدوء، واسأليه: ماذا حدث؟ ماذا يمكن أن تفعل؟ وما الذي قد يحدث بعد ذلك؟ امنحيه وقتًا للإجابة، وساعديه عند الحاجة، ثم مثّلا التصرف المناسب معًا.



نفهم الموقف، ونفكُر في الخيارات، ثم نتدرّب على التصرف.

MAHARAT-RT

المحور السابع: الكتيّبات والبطاقات المرفقة

هذا القسم يجمع الملفات المرفقة بالكورس، لتختاري منها ما يناسب هدَف طفلك وتستخدميه مع شرح المحاور والتطبيقات العملية.

كيف تستفيدين من هذا القسم؟

- الوصول إلى الكتيّبات والبطاقات المرفقة.
- اختيار ملف يرتبط بالمهارة التي تعملين عليها.
- تجهيز الوسائل المناسبة للإستخدام اليومي.
- العودة إلى الملفات عند مراجعة التدريب.

الوسائل الموجودة في المحور

- كتيّبات وملفات مساعدة للتدريب.
- بطاقات بصرية مرفقة بالكورس.
- أنشطة تختارين منها بحسب هدف طفلك ومستوى فهمه.

كيف تستخدمين الوسائل ؟

اختاري هدفًا واحدًا، ثم راجعي الملفات وحدّدي ما يخدم هذا الهدف. اطبعي الصفحات التي تحتاجينها فقط، وقصّي البطاقات وغلّفيها عند الحاجة. قدّمي وسيلة واحدة في كل مرة، واتبعي شرح المحور المرتبط بها، ثم استخدميها في مواقف يومية مناسبة.



اختاري ما يحتاجه طفلك الآن، وتقدّمي خطوة بخطوة.

الكورس يشمل

ملفات الجداول البصرية









www.maharat-rt.com

الكورس يشمل

كتيّبات وأدلة متكاملة للأم

لكل محاور الكورس















بالإضافة إلى كتيّب التعامل مع سلوك الضرب

www.maharat-rt.com

الكورس يشمل
وسائل لتعديل سلوك ADHD
وتدريبات القوانين

MAHARAT-RT

أدواتي السلوكية
My Behavior Tools



رهف الترزي QBA

بطاقات السلوك للمهارات الاستقلالية



www.maharat-rt.com

ملف صوتي المناسب



www.maharat-rt.com

بطاقات السلوك للمهارات الاجتماعية



www.maharat-rt.com

35
بطاقة لتعديل السلوك
(السلوك الصحيح مقابل الخطأ)



www.maharat-rt.com

الكورس يشمل
كتيبات وبطاقات تدريبات المشاعر والتنظيم العاطفي

MAHARAT-RT

MAHARAT-RT



مقياس مشاعري
مناطق المشاعر

برنامج عملي لتنظيم المشاعر
واتخاذ القرار للأطفال ذوي ADHD



MAHARAT-RT

كيف ستكون مشاعري؟

أقرأ الموقف. وألاحظ الصورة. ثم أختار الشعور الأقرب.



نجحت في تركيب مجسم وحدي.

☐ سعيدة ☐ خائفة ☐ متعبة



ارتفع صوت الرعد فجأة قرب نافذتي.

☐ حزينة ☐ خائفة ☐ سعيدة



انتقلت صديقتي إلى مدرسة أخرى.

☐ غاضبة ☐ متفاجئة ☐ حزينة

www.maharat-rt.com

MAHARAT-RT

أنا أتحكم ببردة فعلي

برنامج عملي لتنظيم المشاعر
واتخاذ القرار للأطفال ذوي ADHD



MAHARAT-RT

تدريب عملي

كيف سيكون شعوري ؟

أقرئي الموقف. ثم ضعي ✔ أمام الشعور المناسب.

الموقف الأول



وجدت قطة صغيرة ضائعة وساعدتها حتى عادت إلى صاحبها.
كيف سيكون شعوري؟

☐ أشعر بالقلق ☐ أشعر بالغضب ☐ أشعر بالمحبة

الموقف الثاني،



نسيت واجبي المدرسي في المنزل قبل الحصة.
كيف سيكون شعوري؟

☐ أشعر بالمحماس ☐ أشعر بالاطمئنان ☐ أشعر بالقلق

كلما تعرفت إلى مشاعري أكثر!
أصبحت قادرًا على اختيار التصرف المناسب.

www.maharat-rt.com

MAHARAT-RT

كتيب المشاعر



أ.رهف الترزي QBA

www.maharat-rt.com

ماذا تشعر؟



سمع الولد صوتًا عاليًا.

☐ سعيد ☐ خائف ☐ نعسان

ماذا تشعر؟

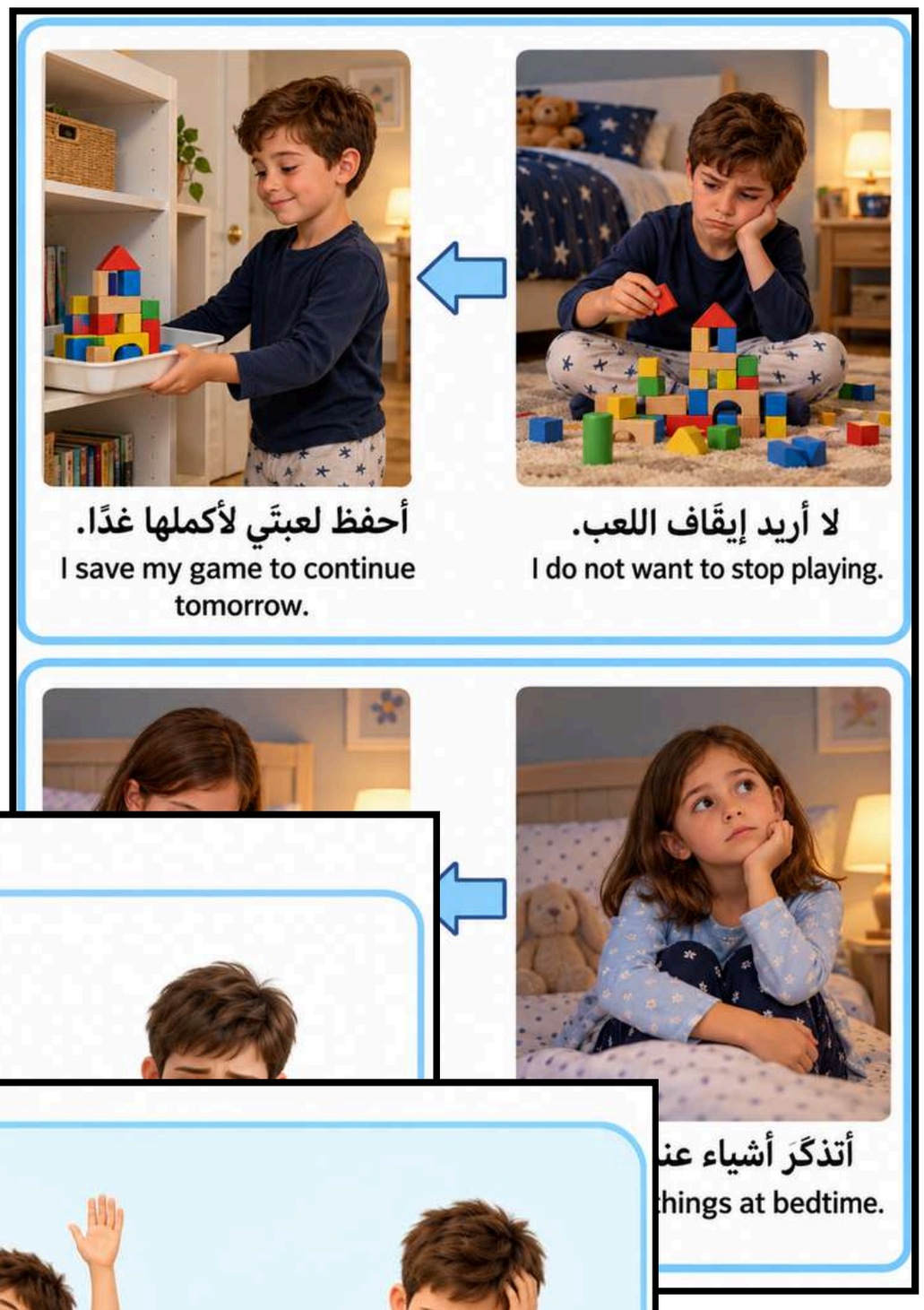


البنت تتعب قبل النوم.

☐ غاضب ☐ نعسان ☐ متفاجئ

كتيبات ووسائل للتنظيم الذاتي









تدريبات إدراكية لفهم المواقف الاجتماعية



تدريبات متنوعة للإنتباه والتركيز

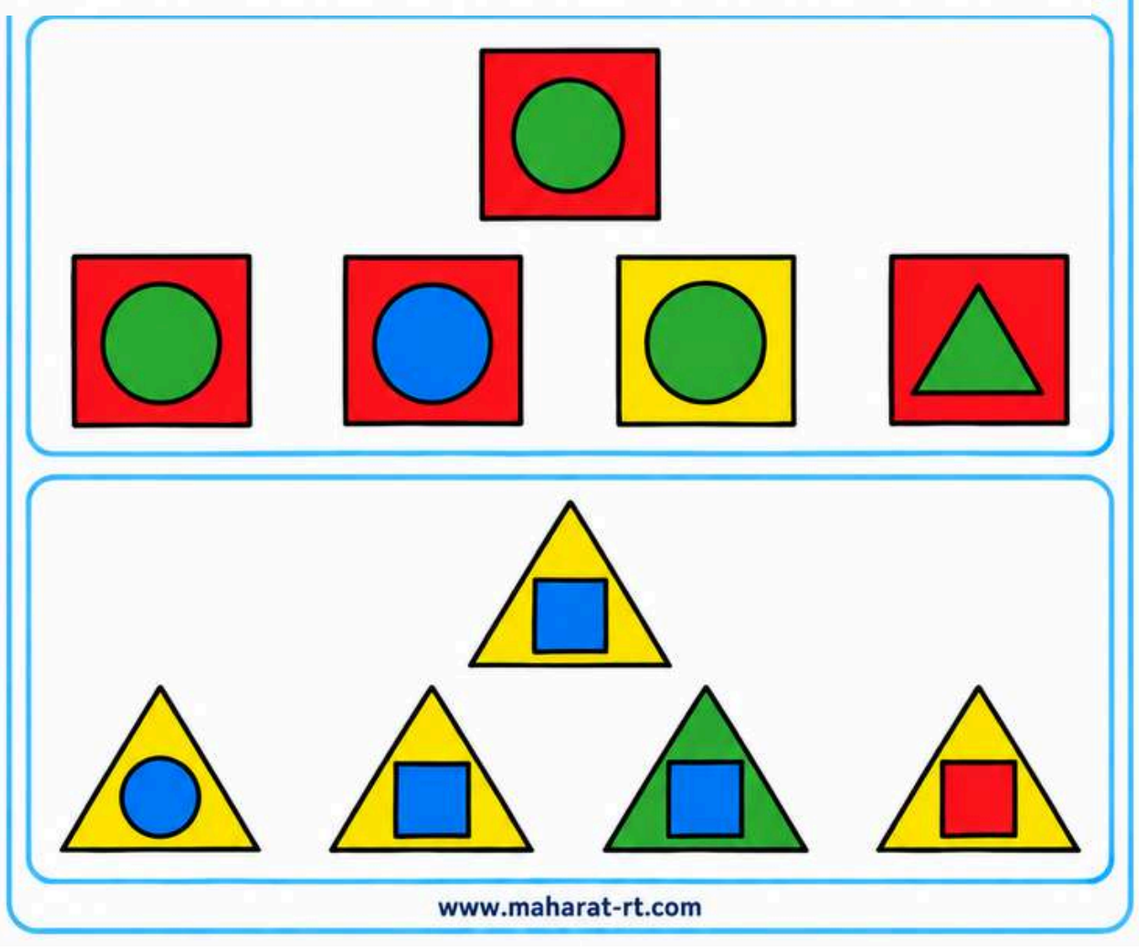












MAHARAT-RT

هدية لكم

أهديكم هذه الأنشطة مجانًا لتساعدكم على تدريب أطفالكم في البيت أو الصف.

للحصول على المحتوى الكامل، والتدريبات والوسائل التعليمية مع شرح تطبيقها، اشتروا كورس ADHD.

طريقة شراء الكورس

١. ادخلوا إلى www.maharat-rt.com
٢. اختاروا قسم «كورسات».
٣. اختاروا «كورس ADHD».
٤. أنشئوا حسابًا أو سجّلوا الدخول.
٥. أضيفوا الكورس إلى السلة.
٦. أكملوا الدفع ببطاقة Visa أو Mastercard.

ابدؤوا بخطوة بسيطة مع طفلكم اليوم

MAHARAT-RT

التدريب الأول

الجلوس على الطاولة



الهدف

زيادة مدة جلوس الطفل على الكرسي والطاولة لإتمام الأنشطة التعليمية. والمهام اليومية.

أهمية التدريب

يعد الجلوس على الطاولة من المهارات الأساسية للأطفال ذوي ADHD، لأن العديد من الأطفال يواجهون صعوبة في البقاء جالسين لفترة كافية للتعلم أو إكمال النشاط. عندما يتعلم الطفل الجلوس تدريجياً، يصبح أكثر قدرة على التركيز، والاستماع للتعليمات، وإكمال المهام الأكاديمية واللعب المنظم.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار تنشاط محبب جداً للطفل: مثل البازل، المكعبات، السيارات، الصور، النلوين أو أي لعبة يفضلها الطفل.
2. البدء بمدة قصبرة جداً: قد نبدأ بـ 10 ثواني أو 30 ثانية فقط حسب قدرة الطفل.
3. تقديم التعزيز مباشرة: عند جلوس الطفل للمدة المطلوبة يحصل فوراً على معزز قوي (مدح، لعبة مفضلة، ملصق، نجمة، وقت لعب).
4. زيادة المدة تدريجياً:
30 ثانية ← دقيقة ← دقيقتان ← 3 دقائق ← 5 دقائق.
5. إنهاء النشاط بنجاح: يجب أن ينتهي التدريب قبل وصول الطفل لمرحلة التعب أو الرفض الشديد.

فوائد التدريب

- زيادة مدة الانتباه والتركيز.
- تحسين القدرة على اتباع التعليمات.
- تقليل التجول والحركة المستمرة أثناء التعلم.
- زيادة القدرة على إكمال النشاط حتى النهاية.
- تهيئة الطفل للنجاح داخل الصف الدراسي.



زيادة المدة تدريجيًّا

5 دقائق ← 3 دقائق ← 2 دقيقة ← 1 دقيقة ← 30 ثانية

بعد نجاحه عدة مرات نرفع المدة إلى دقيقة، ثم دقيقتين، ثم ثلاث دقائق بشكل تدريجي حتى يستطيع الجلوس لفترات مناسبة للتعلم.

أمثلة على التعزيز

وقت لعب | لعبة مفضلة | ملصق | نجمة | مدح

مثال عملي



1. يجلس الطفل أمام بازل بحبه.
تقول المعلمة: "اجلس ونركب البازل".

2. بيقى الطفل جالساً لمدة 30 ثانية.

30 ثانية

3. مباشرة تقول:
"ممتاز! أحسنت الجلوس".

ممتاز!
أحسنت الجلوس

4. ثم يحصل على معزز يحبه.

تذكير مهم: اجعل الجلوس تجربة إيجابية وممتعة، وابدأ بمدة قصيرة، وكن صبوراً وثابتًا.

MAHARAT-RT

التدريب الثاني

الجلس من خلال الأنشطة المحببة



الهدف

زيادة قدرة الطفل على البقاء في مكانه والاستمتاع بالنشاط دون مطالب تعليمية أو أكاديمية.

أهمية التدريب

بعض الأطفال ذوي ADHD يرفضون الجلوس بمجرد شعورهم يوجود تعليمات أو هتطلبات. لذلك تبدأ أحياناً بتدريب الجلوس من خلال أنشطة ممتعة ومحببة للطفل دون تقديم أي أوامر أو مهام. الهدف هو بناء ارتباط إيجابي بين الجلوس والمرح، مما يساعد الطفل لاحقاً على تقبل الجلوس في الأنشطة التعليمية.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار نشاط بجبه الطفل جداً. متل فقاعات الصابون (البالون). الأغاني، الألعاب الموسيقية، الدمى المفضلة أو أي نشاط ممتع للطفل.
2. عدم تقديم تعليمات: في هذه المرحلة لا نطلب من الطفل الإجابة أو تنفيذ أوامر، بل نزكز فقط على الاستمتاع بالنشاط أتناء بقانه في مكانه.
3. تقديم التعزيز بشكل طبيعي: نحسب النشاط الممتع طالما أن الطفل موجود وجالس أو قريب من مكان النشاط.
4. زيادة مدة الجلوس تدريجياً: نبدأ بفترات قصيرة ثم نزيدها تدريجياً حسب قدرة الطفل.
5. إنهاء النشاط قبل ظهور الملل: حتى بيقى النشاط مرغوباً للطفل في المرات القادمة.

فوائد التدريب



- زيادة مدة الجلوس بشكل طبيعي.
- بناء علاقة إيجابية مع المعلم أو الوالدين.
- تقليل الهروب من الجلوس.
- تحسين التنظيم الذاتي والانتباه المشترك.
- تهيئة الطفل للانتقال لاحقاً إلى الأنشطة التعليمية.

أمثلة عملية

مثال عملي: عن طريق فقاعات الصابون



- تجلس المعلمة مع الطفل على الطلولة.
- تبدأ بنفخ فقاعات الصابون أمامه.
- لا تطلب منه أي شيء.
- تستمر في اللعب معه ومشاركته الاستمتاع بالفقاعات لمدة دقيقة أو دقيقتين.
- مع الأيام يصبح الطفل قادراً على الجلوس لفترات أطول للاستمتاع بالنشاط.

مثال اخر: عن طريق الأغاني



- تشغل المعلمة أغنية بجبها الطفل.
- تجلس بجانبه وتقوم بجركات ورقصات بسيطة مع الأغنية.
- لا تقدم أي مطالب أو أسئلة.
- الهدف فقط أن بيقى الطفل في مكان النشاط ويستمتع بالتفاعل لفترة أطول من السايق.

تذكر: الهدف هو الاستمتاع، وليس التعليم. عندما نريط الجلوس بالمرح، بصبح التعلم أسهل لاحقاً.

MAHARAT-RT

التدريب الثالث

القفز على اللون أو الشكل أو الرقم المطلوب



أهمية التدريب

يحتاج الأطفال ذوو ADHD إلى أنشطة تجمع بين الحركة والتعلم في الوقت نفسه. يساعد هذا النشاط الطفل على التركيز على التعليمات السمعية مع استخدام الحركة، مما يزيد من الانتباه ويقلل الملل أثناء التعلم.

الهدف

تنمية مهارة الاستماع والانتباه للتعليمات مع تفريغ الطاقة الحركية بطريقة منظمة وممتعة.

طريقة التطبيق (ABA)

1. وضع 4 أو 5 بطاقات على الأرض (ألوان، أشكال، أرقام).
2. إعطاء تعليمات واضحة مثل: "اقفز على الأحمر".
3. تعزيز الاستجابة الصحيحة مباشرة بالثناء أو باللعبة.
4. زيادة مستوى الصعوبة تدريجيًا.
5. الحفاظ على عنصر الحركة والمرح.

فوائد التدريب

- تحسين الانتباه السمعي.
- زيادة سرعة الاستجابة للتعليمات.
- تطوير التمييز بين الألوان والأشكال والأرقام.
- تفريغ الطاقة الزائدة بطريقة إيجابية.
- زيادة التواصل البصري والاستماع للمعلم.
- تحسين مهارات اتباع التعليمات.

أمثلة

أرقام

اقفز على الرقم 3.

1 2 3 4 5

أشكال

اقفز على الدائرة.

ألوان

اقفز على اللون الأصفر.

اجعل التدريب ممتعًا، وابدأ تدريجيًا، واحتفل بكل نجاح صغير!

MAHARAT-RT

التدريب الرابع

المطابقة



الهدف

تنمية مهارات الانتباه والتركيز والإدراك البصري من خلال مطابقة العناصر المتشابهة.

أهمية التدريب

تعد مهارة المطابقة من المهارات الأساسية في برامج ABA. لأنها تساعد الطفل على الانتباه للتفاصيل، والمقارنة بين العناصر، وتطوير الإدراك البصري والتفكير المنطقي. كما تعتبر أساساً مهماً للعديد من المهارات الأكاديمية اللاحقة مثل القراءة والكتابة والتصنيف.

طريقة التطبيق (ABA)

1. البدء بمطابقات بسيطة: مثل مطابقة صورة بصورة مطابقة تماماً.
2. الانتقال تدريجيا إلى مستويات أكثر صعوبة: مطابقة أشكال، ألوان، حروف، أرقام أو صور مختلفة الأحجام.
3. تقديم التعزيز مباشرة بعد الاستجابة الصحيحة.
4. تقليل المساعدة تدريجياً حتى يتمكن الطفل من أداء المهمة بشكل مستقل.
5. التنويع المستمر في المواد للحفاظ على دافعية الطفل.

فوائد التدريب



- زيادة مدة الانتباه والتركيز.
- تطوير الإدراك البصري.
- تحسين مهارات التمييز بين العناصر.
- تنمية مهارات التفكير والمقارنة.
- تهيئة الطفل للمهارات الأكاديمية اللاحقة.
- تقليل التشتت وزيادة القدرة على إكمال المهمة.

أمثلة على أنشطة المطابقة

مطابقة الصور بالأشياء الحقيقية



مطابقة مجسمات متشابهة



مطابقة أرقام متماثلة

1	1
2	2
3	3

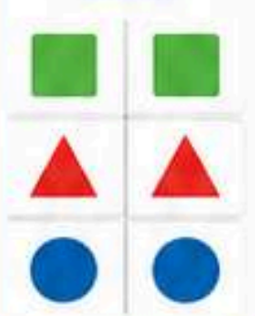
مطابقة حروف متماثلة

أ	أ
ب	ب
ت	ت

مطابقة صور متماثلة



مطابقة أشكال متماثلة



مطابقة ألوان متماثلة



مثال عملي

1. تضع المعلمة ثلاث صور أمام الطفل: تفاحة – سيارة – كرة.



2. ثم تعطيه صورة تفاحة مطابقة. تقول: "طابق".



3. يقوم الطفل بوضع صورة التفاحة فوق التفاحة المطابقة.



4. تقول: "ممتاز! أحسنت".



5. ثم يحصل على التعزيز.



بعد نجاحه عدة مرات ننتقل تدريجياً إلى مطابقة الألوان والأشكال

- ثم المطابقة الضمنية والعلاقات المختلفة.

المطابقة الضمنية (مجموعات ضمنية)

بعد إتقان المطابقة المباشرة يمكن الانتقال إلى المطابقة الضمنية التي تعتمد على فهم العلاقة بين الأشياء.

الملعقة	⟷	الصحن
الفرشاة	⟷	معجون الأسنان
السيارة	⟷	الطريق
السمكة	⟷	البحر
[illegible]	⟷	الدفتر
الحذاء	⟷	الجورب

المطابقة تساعد طفلك على الانتباه، والفهم، والتعلم بشكل أفضل خطوة بخطوة!

MAHARAT-RT

التدريب الخامس

صفق عندما تسمع الكلمة أو الرقم المستهدف

الهدف

تنمية الانتباه السمعي والتركيز والقدرة على التمييز بين المثيرات السمعية المختلفة.



أهمية التدريب

يساعد هذا التدريب الطفل على التركيز والاستماع بعناية وانتظار المثير المستهدف قبل الاستجابة، مما يطور مهارات الانتباه السمعي والتحكم بالاندفاع.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار مثير مستهدف واحد (رقم، كلمة، حيوان... إلخ).
2. شرح التعليمات: "صفق عندما تسمع الرقم 5".
3. البدء بسلسلة قصيرة من الكلمات أو الأرقام.
4. تعزيز الاستجابة الصحيحة مباشرة.
5. زيادة مستوى الصعوبة تدريجيًا.

فوائد التدريب



- تحسين الانتباه السمعي.
- زيادة التركيز لفترات أطول.
- تنمية مهارة التمييز بين الكلمات والأرقام.
- تحسين سرعة ودقة الاستجابة.
- تقليل الاندفاعية والاستجابة العشوائية.
- تطوير مهارات اتباع التعليمات.

أمثلة عملية

4 الحروف

أ - ب - ج - م



صفق عند سماع حرف "م"

3 الألوان



صفق عند سماع اللون "أزرق"

2 الحيوانات



صفق عند سماع كلمة "كلب"

1 الأرقام

5 - 6 - 4 - 2 - 1



صفق عند سماع الرقم 5

التدرج في التدريب

المستوى الأول

المثير المستهدف يظهر بسرعة وبشكل واضح.

المستوى الثاني

زيادة عدد الكلمات أو الأرقام بين كل استجابة.

المستوى الثالث

زيادة سرعة الإلقاء وخلط فئات مختلفة من المثيرات.

هذا النشاط يجمع بين اللعب والتركيز والانتباه السمعي، ويحول الاستماع إلى لعبة ممتعة وتفاعلية.

MAHARAT-RT

التدريب السادس

انتظر حتى ينتهي المؤقت (التايمر)



الهدف

تنمية مهارة الانتظار وتأجيل الحصول على المعزز أو الشيء المحبب لفترة قصيرة ثم زيادة المدة تدريجيل .

أهمية التدريب

يساعد هذا التدريب الطفل على تطوير ضبط النفس، وتقليل الاندفاعية، وزيادة القدرة على الانتظار في المواقف اليومية مثل انتظار الدور أو انتظار الحصول على لعبة أو وجبة أو نشاط مفضل.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار معزز قوي يحبه الطفل (مثل لعبة ففاعات، حلوى...).
2. عرض المعزز أمام الطفل.
3. ضبط المؤقت لمدة قصيرة جداً (5 - 10 ثوإن).
4. إعطاء التعليمات: "انتظر حتى يرن التايمر".
5. عند انتهاء الوقت مباشرة يحصل الطفل على المعزز.
6. زيادة المدة تدريجياً:
   5 ثوإن ← 10 ثوإن ← 20 ثانية ← 30 ثانية ← دقيقة ← دقيقتان.
7. تعزيز النجاح دائماً (مدح وثناء).

فوائد التدريب



- زيادة مهارة الانتظار.
- تحسين ضبط النفس.
- تقليل الاندفاعية.
- زيادة تحمل التأخير البسيط.
- تحسين القدرة على اتباع التعليمات.
- تهيئة الطفل للنجاح في المواقف الاجتماعية والصفية.

مثال عملي



- بعد نجاح الطفل عدة مرات تتم زيادة مدة الانتظار تدريجياً.

التدرج في زيادة مدة الانتظار

5 ثوان → 10 ثوان → 20 ثانية → 30 ثانية → 1 دقيقة → 2 دقيقتان

يجب أن تكون مدة الانتظار في البداية سهلة وقابلة للنجاح، لأن الهدف هو تعليم الطفل أن الانتظار يؤدي إلى الحصول على ما يحب، وليس حرمانه منه.

MAHARAT-RT

التدريب السابع

أشر على تفاصيل الصورة



الهدف

تنمية الانتباه البصري والتركيز ومهارة البحث البصري من خلال تحديد العناصر المطلوبة داخل المشهد.

أهمية التدريب

يساعد هذا النشاط الأطفال ذوي ADHD على زيادة مدة الانتباه والتركيز على التفاصيل المهمة داخل الصورة بدلاً من .الانتقال السريع بين المثيرات المختلفة. كما يدعم تطوير مهارات اللغة الاستقبالية، وفهم التعليمات، والانتباه المشترك.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار صورة تحتوي على مشهد غني بالتفاصيل.
   مثل: صالة منزل، حديقة، فصل دراسي، مطبخ أو شاطئ.
2. إعطاء تعليمات بسيطة وواضحة:
   "أشر إلى الولد الذي يأكل."
3. تعزيز الاستجابة الصحيحة مباشرةً.
4. الانتقال تدريجياً إلى عناصر أكثر صعوبة أو أقل وضوحاً.
5. زيادة عدد التعليمات داخل نفس المشهد.

فوائد التدريب



- زيادة الانتباه البصري.
- تحسين التركيز على التفاصيل.
- تطوير مهارة البحث البصري.
- تحسين فهم التعليمات.
- زيادة المفردات اللغوية.
- تطوير الإدراك البصري والتمييز بين العناصر.
- تهيئة الطفل للمهارات الأكاديمية.

مثال عملي



1. تعرض المعلمة صورة لصالة منزل.
2. تقول: "أشر إلى الولد الذي يأكل."
3. يقوم الطفل بالإشارة إلى الولد.
4. تقول:"ممتاز!: ثم تعطي تعليمة جديدة:
   "أشر إلى القطة."
6. ثم: "أشر إلى البنت التي تلعب بالليغو.".

أمثلة على التعليمات



- أشر إلى البنت التي تلعب.
- أشر إلى القطة.
- أشر إلى الكرة.
- أشر إلى الكرسي.
- أشر إلى البالون.
- أشر إلى الشخص الذي يشرب.
- أشر إلى الشيء الأحمر.

التدرج في التدريب

المستوى الأول
الإشارة إلى عناصر كبيرة وواضحة.

المستوى الثاني
الإشارة إلى أفعال داخل الصورة.

المستوى الثالث
الإشارة إلى تفاصيل صغيرة أو عناصر متشابهة.

المستوى الرابع
تنفيذ عدة تعليمات متتالية داخل نفس المشهد.

هذا النشاط يجمع بين التركيز، واللغة، والإدراك البصري داخل لعبة ممتعة ومشوقة.

MAHARAT-RT

التدريب الثامن

تنفيذ التعليمات من مسافة

الهدف

تنمية مهارة الاستماع للتعليمات وتنفيذها من مسافة مع تطوير الانتباه والتركيز والذاكرة العاملة.



أهمية التدريب

يساعد هذا التدريب الطفل على الاستماع للتعليمات والاختفاظ بها في الذاكرة أثناء الحركة، ثم تنفيذها بشكل صحيح، مما يزيد من استقلاليته ويقلل الحاجة إلى التوجيه المباشر.

طريقة التطبيق (ABA)

1. وضع عدة أشياء في أماكن مختلفة داخل الغرفة.
2. وضع أماكن محددة لوضع الأشياء (سلة، صندوق، كرسي...).
3. إعطاء تعليمات بسيطة وواضحة.
4. تعزيز الاستجابة الصحيحة مباشرة.
5. زيادة مستوى الصعوبة تدريجياً من خلال زيادة عدد الخطوات أو المسافة.

فوائد التدريب



- تحسين الانتباه السمعي.
- زيادة التركيز على التعليمات.
- تنمية الذاكرة العاملة.
- تطوير مهارة أتباع التعليمات.
- زيادة الاستقلالية.
- تحسين التحكم بالاندفاع.
- تهيئة الطفل للنجاح داخل الصف والبيئات اليومية.

أمثلة على التعليمات

هات الكلب
ضعه في العلبة.



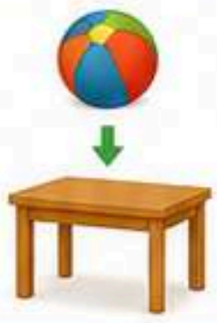
هات القلم
ضعه في السلة.



هات الكتاب
ضعه على الكرسي.



هات الكرة
ضعها على الطاولة.



هات المكعب
ضعه في الصندوق.



التدرج في التدريب

1 المستوى الأول	تعليمة واحدة بسيطة. (هات الكرة).
2 المستوى الثاني	تعليمة من خطوتين. (هات الكرة وضعها في السلة)
3 المستوى الثالث	زيادة عدد العناصر والمسافة داخل الغرفة.
4 المستوى الرابع	تعليمات أكثر تعقيداً. (هات القلم وضعه على الطاولة. ثم اجلس على الكرسي).

مثال عملي

1. المعلمة تعطي تعليمة للطفل



2. يضعه داخل العلبة.



3. يمشي الطفل إلى الكلب ويأخذه.



4. تحصل المعلمة على التعزيز، من مسافة.



هذا النشاط يجمع بين الحركة والتفكير والاستماع في الوقت نفسه، مما يجعله فعالاً جداً للأطفال ذوي ADHD.

MAHARAT-RT

التدريب الثاسع

ركِّب فقط عندما تسمع كلمة (ركِّب)



الهدف

تنمية مهارة الانتباه السمعي والتحكم بالاندفاع من خلال تنفيذ النشاط فقط عند سماع كلمة "ركّب".

أهمية التدريب

يساعد هذا التدريب الأطفال ذوي ADHD على التوقف والانتظار حتى سماع الكلمة المستهدفة قبل تنفيذ الفعل، مما يقلل من الاندفاعية ويزيد من التركيز والانتباه وفهم التعليمات.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار نشاط محبب مثل البازل أو المكعبات.
2. وضع القطع أمام الطفل دون السماح بالتركيب.
3. شرح القاعدة: "ركّب فقط عندما تسمع كلمة ركّب".
4. قول كلمات مختلفة قبل الأمر (انتظر، جاهز، شوف، رائع...).
5. لا نسمح بالتركيب إلا عند سماع كلمة "ركّب".
6. تعزيز الاستجابة الصحيحة مباشرة عند تنفيذ الأمر.

فوائد التدريب



- تحسين الانتباه السمعي.
- تقليل الاندفاعية.
- زيادة التحكم بالاستجابة.
- تدريب الطفل على الانتظار.
- تحسين فهم التعليمات.
- زيادة التركيز أثناء النشاط.
- تهيئة الطفل لاتباع تعليمات الصف والأنشطة الجماعية.

مثال عملي



التدرج في التدريب

المستوى الأول
استخدام كلمة واحدة واضحة: "ركّب".

المستوى الثاني
إضافة كلمات قبل الأمر: "انتظر ... جاهز... ركّب".

المستوى الثالث
زيادة مدة الانتظار قبل الأمر تدريجياً.

المستوى الرابع
استخدام أفعال أخرى بنفس الفكرة، (صفق، اقفز، لون).

هذا التدريب يحول التحكم بالاندفاع إلى لعبة ممتعة تعتمد على السمع والانتباه والانتظار.

MAHARAT-RT

التدريب العاشر

اجمع الحيوانات فقط



الهدف

تنمية مهارة التصنيف والانتباه والتركيز من خلال التمييز بين الفئات المختلفة واختيار العناصر المطلوبة فقط.

أهمية التدريب

يساعد هذا النشاط الأطفال ذوي ADHD على التركيز على الخاصية المهمة في المهمة وتجاهل المشتتات الأخرى. كما يطور مهارات التصنيف والإدراك البصري والمرونة المعرفية، وهي مهارات أساسية للتعلم الأكاديمي والحياة اليومية.

طريقة التطبيق (ABA)

1. وضع مجموعة متنوعة من المجسمات أو الصور أمام الطفل.
2. تتضمن المواد فئات مختلفة مثل: حيوانات، فواكه، وسائل مواصلات، أشكال، ألعاب.
3. إعطاء تعليمات واضحة: "اجمع الحيوانات فقط".
4. انتظار استجابة الطفل.
5. تعزيز الاختيارات الصحيحة مباشرة.
6. زيادة مستوى الصعوبة تدريجياً بزيادة عدد العناصر أو الفئات.

فوائد التدريب



- تحسين الانتباه والتركيز.
- تنمية مهارة التصنيف.
- تطوير الإدراك البصري.
- زيادة القدرة على التمييز بين الفئات المختلفة.
- تقليل التشتت.
- تطوير مهارات التفكير والتنظيم.

التعليمة

اجمع الحيوانات فقط".

يقوم الطفل بجمع:



ويتجاهل باقي العناصر.



أمثلة على المواد



مثال عملي



التدرج في التدريب

المستوى الأول

فئتان فقط (حيوانات وفواكه).



المستوى الثاني

ثلاث فئات مختلفة (حيوانات، فواكه، مواصلات).



المستوى الثالث

زيادة عدد العناصر والمشتتات.



المستوى الرابع

تغيير المطلوب:

- اجمع الفواكه فقط.
- اجمع وسائل المواصلات فقط.
- اجمع الأشكال فقط.



هذا النشاط من أفضل أنشطة ABA لتنمية الانتباه والتصنيف لدى الأطفال ذوي ADHD لأنه يحول التعلم إلى لعبة بحث ممتعة تعتمد على التركيز والاختيار الصحيح.

MAHARAT-RT

التدريب الحادي عشر

تتبع الخطوط بالقلم



الهدف

تنمية المهارات الحركية الدقيقة والتحكم بالقلم والانتباه البصري من خلال تتبع الخطوط البسيطة على أوراق العمل.

أهمية التدريب

يساعد هذا النشاط الأطفال ذوي ADHD على تحسين التآزر البصري الحركي، وزيادة التركيز، وتهيئة الطفل لمهارات الكتابة والرسم لاحقًا.

طريقة التطبيق (ABA)

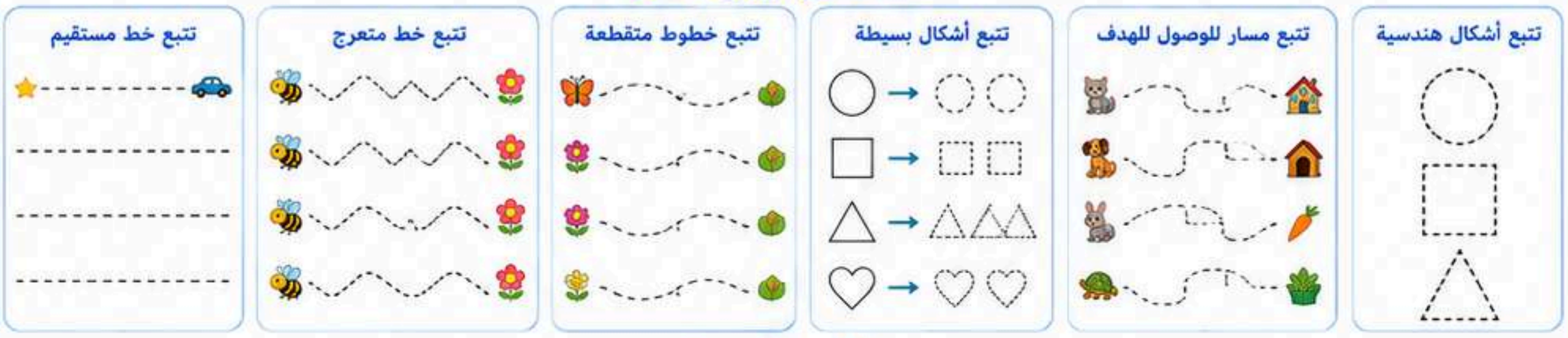
1. البدء بخطوط بسيطة وواضحة (مثل: خط أفقي، خط عمودي، خط مائل).
2. إعطاء تعليمات قصيرة وواضحة: "امشي بالقلم على الخط.".
3. تقديم المساعدة عند الحاجة.
4. تعزيز المحاولات الناجحة مباشرة.
5. زيادة مستوى الصعوبة تدريجيًا.

فوائد التدريب



- تحسين مسكة القلم.
- تنمية المهارات الحركية الدقيقة.
- تطوير التآزر البصري الحركي.
- زيادة التركيز والانتباه.
- تحسين التحكم بحركة اليد.
- تهيئة الطفل للكتابة.
- زيادة القدرة على إكمال النشاط حتى النهاية.

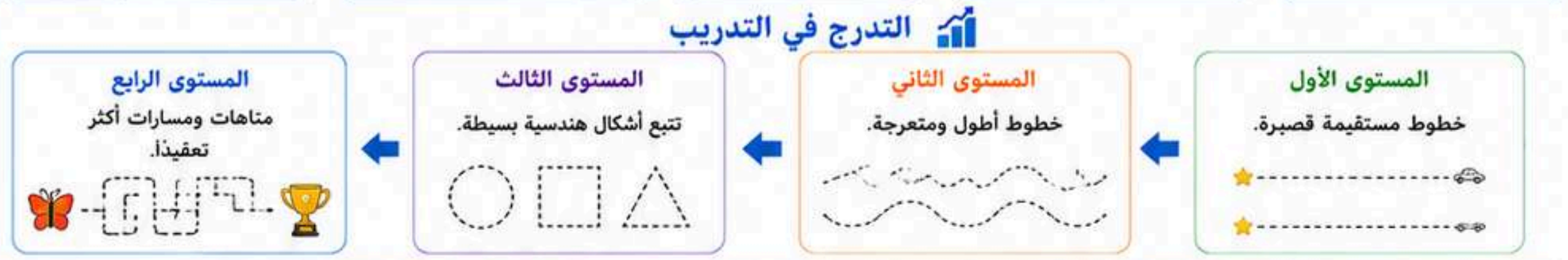
أمثلة على أوراق العمل



مثال عملي



التدرج في التدريب



هذا النشاط من أفضل الأنشطة للاطفال ذوي ADHD لأنه يجمع بين التركيز والانتباه والتحكم الحركي ويهيئ الطفل لمهارات الكتابة الأكاديمية.

MAHARAT-RT

التدريب الثاني عشر

تحرك ثم توقّف عند الإشارة



الهدف

تنمية مهارة التحكم بالاندفاع والانتباه البصري والاستجابة للتعليمات أثناء الحركة.

أهمية التدريب

يعد هذا النشاط من أفضل الأنشطة للأطفال ذوي ADHD لأنه يدرب الطفل على إيقاف الحركة فور ظهور المثير المطلوب. فالطفل يتعلم الانتقال بين الحركة والتوقف بشكل منظم، مما يزيد من التحكم الذاتي والانتباه ويقلل الاندفاعية.

طريقة التطبيق (ABA)

1. تجهيز بطاقة أو ورقة حمراء واضحة.
2. شرح القاعدة للطفل: "عندما أرفع اللون الأحمر توقف فوراً".
3. إعطاء تعليمات حركية ممتعة.
4. رفع البطاقة الحمراء بشكل مفاجئ أثناء النشاط.
5. تعزيز الطفل مباشرة عندما يتوقف بسرعة.
6. زيادة مستوى الصعوبة تدريجيًا.

فوائد التدريب



- تحسين التحكم بالاندفاع.
- زيادة الانتباه البصري.
- تطوير سرعة الاستجابة.
- تحسين اتباع التعليمات.
- تنمية التنظيم الذاتي.
- تفريغ الطاقة الحركية بطريقة إيجابية.
- زيادة التركيز أثناء الأنشطة الجماعية.

أمثلة على التعليمات


تحرك مثل الأرنب ... توقف


ارقض ... توقف


امشي ... توقف


اقفز ... توقف


اركض ... توقف

مثال آخر: "اقفز"


1. يتوقف الطفل فوراً. تقول المعلمة: "أحسنت". ثم يحصل على التعزيز.


2. ترفع البطاقة الحمراء بشكل مفاجئ.


3. يبدأ الطفل بالقفز.


4. تقول المعلمة: "اقفز".

مثال عملي: "اركض"


1. يتوقف الطفل مباشرة. تقول المعلمة: "ممتاز! توقفت بسرعة". ثم يحصل على التعزيز.


2. ترفع البطاقة الحمراء بشكل مفاجئ.


3. يبدأ البطفل بالجرى داخل داخل المساحة.


4. تقول المعلمة: "اركض".

التدرج في التدريب

المستوى الأول
حركة واحدة مع التوقف.
"مثال: اركض ... توقف".



المستوى الثاني
التبديل بين عدة حركات.
مثال: اركض – اقفز – امشي".



المستوى الثالث
زيادة سرعة تغيير التعليمات.
مثال: تغيير التعليمة بسرعة أكبر.



المستوى الرابع
اللعب مع مجموعة أطفال في الوقت نفسه.
مثال: الجميع يتحرك ويتوقف مع الإشارة.



هذا النشاط ممتاز للأطفال ذوي ADHD لأنه يجمع بين الحركة والانتباه والتحكم بالاندفاع داخل لعبة ممتعة ومليئة بالنشاط.

MAHARAT-RT

التدريب الثالث عشر

انتظر حتى تجمع 3 نجوم ثم خذ المعزز



الهدف

تنمية مهارة الانتظار وتأجيل الحصول على المعزز من خلال إكمال عدد من المهام البسيطة أولاً.

أهمية التدريب

يواجه العديد من الأطفال ذوي ADHD صعوبة في الانتظار وتأجيل الحصول على ما يريدونه بشكل فوري. يساعد هذا النشاط الطفل على فهم أن إكمال المهام البسيطة يؤدي إلى الحصول على المكافأة لاحقاً، مما يطور ضبط النفس والصبر والتحكم بالاندفاع.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار معزز قوي يحبه الطفل. مثل: لعبة مفضلة، فقاعات الصابون، جهاز لوجي، حلوى أو نشاط محبب.
2. تجهيز لوحة تحتوي على 3 نجوم فارغة.
3. شرح القاعدة للطفل: "عندما تجمع 3 نجوم ستحصل على المعزز.".
4. إعطاء تعليمات بسيطة وسهلة.
5. بعد كل استجابة صحيحة يحصل الطفل على نجمة واحدة.
6. عند اكتمال 3 نجوم يحصل مباشرة على المعزز.

فوائد التدريب

- تطوير مهارة إكمال المهام.
- زيادة الدافعية للعمل مقابل المكافأة.
- تهيئة الطفل لنظام الاقتصاد الرمزي.
- زيادة مهارة الانتظار.
- تحسين ضبط النفس.
- تقليل الاندفاعية.
- زيادة تحمل التأخير.

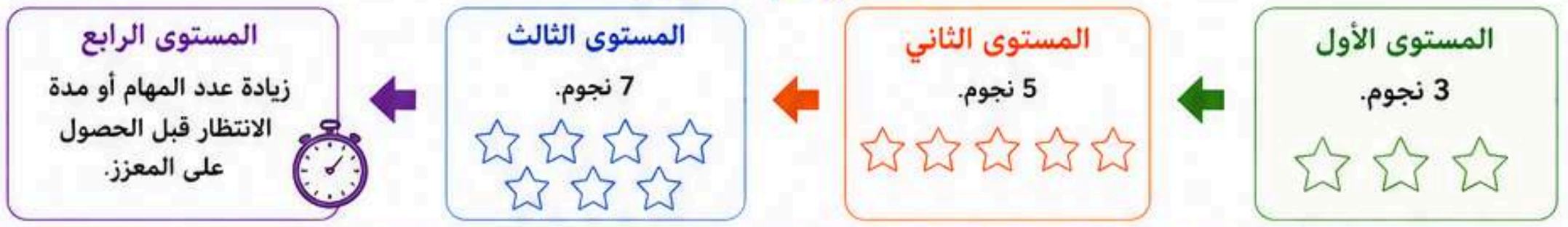
أمثلة على التعليمات



مثال عملي



التدرج في التدريب



هذا النشاط من أفضل أنشطة ABA للأطفال ذوي ADHD لأنه يعلمهم الانتظار والعمل نحو هدف محدد بدلاً من الحصول على المكافأة بشكل فوري، مما ينمي الصبر والتحكم بالاندفاع بطريقة ممتعة وواضحة.

MAHARAT-RT

التدريب الرابع عشر

تعليمات لفظية مركبة من خطوتين

استمع جيداً ونفذ التعليمتين بالترتيب الصحيح



الهدف

تنمية مهارة الاستماع والفهم وتنفيذ تعليمين لفظيتين متتاليتين بالترتيب الصحيح.

أهمية التدريب

يساعد هذا النشاط الأطفال ذوي ADHD على تحسين الذاكرة العاملة، والانتباه السمعي، والقدرة على تنفيذ تعليمات مركبة مما يزيد من استقلاليتهم داخل الصف وفي الحياة اليومية.

طريقة التطبيق (ABA)

1. البدء بتعليمتين بسيطتين ومألوفتين للطفل.
2. إعطاء التعليمة مرة واحدة بصوت واضح.
3. انتظار تنفيذ الطفل للتعليمين بالترتيب.
4. تقديم التعزيز مباشرة عند الاستجابة الصحيحة.
5. زيادة مستوى الصعوبة تدريجياً.

فوائد التدريب



- تحسين الانتباه السمعي.
- تنمية الذاكرة العاملة.
- زيادة القدرة على اتباع التعليمات.
- تحسين التسلسل والتنظيم.
- زيادة التركيز أثناء الاستماع.
- تهيئة الطفل للتعليمات الصفية المركبة.
- تحسين الاستقلالية.

أمثلة على التعليمات المركبة (من خطوتين)

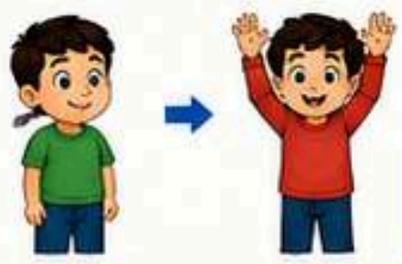
ارفع يديك
ثم صفق



المس رأسك
ثم اجلس



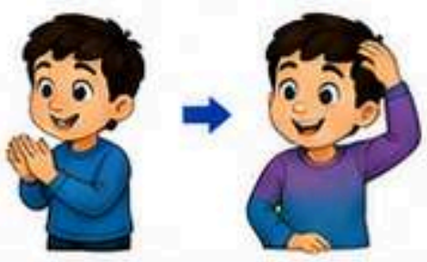
قف
ثم ارفع يديك



اقفز
ثم المس أنفك



صفق
ثم المس شعرك



مثال عملي

مثال 1: "صفق ثم المس شعرك"


يصفق الطفل.


ثم يلمس شعره.

ممتاز!
نفذت التعليمتين بالتسلسل الصحيح.
يحصل على المعزز.

مثال 2: "اقفز ثم المس أنفك"


يقفز الطفل.


ثم يلمس أنفه.

أحسنت!
نفذت التعليمتين بالتسلسل الصحيح.
يحصل على المعزز.

التدرج في التدريب

المستوى الأول
تعليمتان بسيطتان ومتتاليتان

المستوى الثاني
تعليمتان مع زيادة الوقت بينهما

المستوى الثالث
ثلاث تعليمات متتالية
"صفق ثم المس شعرك ثم اجلس."

المستوى الرابع
تعليمات تتضمن الحركة داخل الغرفة.
"اذهب إلى الكرسي ثم المسه ثم اجلس."

هذا النشاط من أفضل أنشطة ABA لطلافال ذوي ADHD لأنه يساعدهم على الاستماع والتذكر والتنفيذ بتسلسل صحيح، وهي مهارات أساسية للنجاح داخل الصف وفي الحياة اليومية.

MAHARAT-RT

التدريب الخامس عشر

أعطني شيئين مرتبطين ببعضهما

أختر 2 شيء مرتبطين من بين 10 أشياء أمامك



الهدف

تنمية مهارة التصنيف وإدراك العلاقات بين الأشياء والانتباه والتركيز من خلال اختيار عنصرين بينهما علاقة مشتركة من بين عدة عناصر مختلفة.

أهمية التدريب

يساعد هذا النشاط الأطفال ذوي ADHD على التركيز على الخصائص المشتركة بين الأشياء بدلاً من الاختيار العشوائي، كما بطور التفكير المنطقي والقدرة على تكوين الفئات والمفاهيم الأساسية الضرورية للتعلم الأكاديمي والحياة اليومية.

طريقة التطبيق (ABA)

1. وضع 10 أشياء مختلفة أمام الطفل.
2. التأكد من وجود زوج واحد مرتبط بينهم داخل المجموعة.
3. إعطاء التعليمات: "أعطني شيئين مرتبطين ببعض".
4. انتظار استجابة الطفل.
5. تعزيز الاختيار الصحيح مباشرة.
6. زيادة مستوى الصعوبة تدريجياً.

فوائد التدريب

- تحسين التمييز البصري.
- تحسين الانتباه والتركيز.
- تقليل الاستجابات العشوائية.
- تنمية مهارة التصنيف.
- تطوير المفاهيم الأساسية.
- تطوير التفكير المنطقي.
- زيادة القدرة على إدراك العلاقات.

أمثلة على العلاقات

حذاء + جورب	بطة + أرنب	ملعقة + صحن	فرشاة أسنان + معجون	تفاحة + موزة
				
(ملابس)	(حيوانات)	(أدوات المائدة)	(أدوات العناية بالأسنان)	(فواكه)

مثال عملي

1. تقول المعلمة: "ممتاز! كلاهما فواكه". ثم يحصل على التعزيز.

2. يختار الطفل: التفاحة والموزة.

3. يفكر الطفل. ويبحث عن الأشياء المرتبطة.

4. تقول المعلمة: "أعطني شيئين مرتبطين ببعض".

5. تضع المعلمة 10 أمام الطفل.


التدرج في التدريب

المستوى الأول
اختيار زوج واحد واضح جداً.


المستوى الثاني
زيادة عدد العناصر المشتتة.


المستوى الثالث
استخدام علاقات وظيفية أكثر تعقيداً.


المستوى الرابع
وجود أكثر من زوج صحيح داخل المجموعة، ويطلب من الطفل إيجاد جميع الأزواج المرتبطة.


هذا النشاط من أفضل أنشطة ABA للأطفال ذوي ADHD لأنه يجمع بين الانتباه والتصنيف والتفكير المنطقي، ويحول التعلم إلى لعبة بحث ممتعة تعتمد على التركيز واكتشاف العلاقات بين الأشياء.

MAHARAT-RT

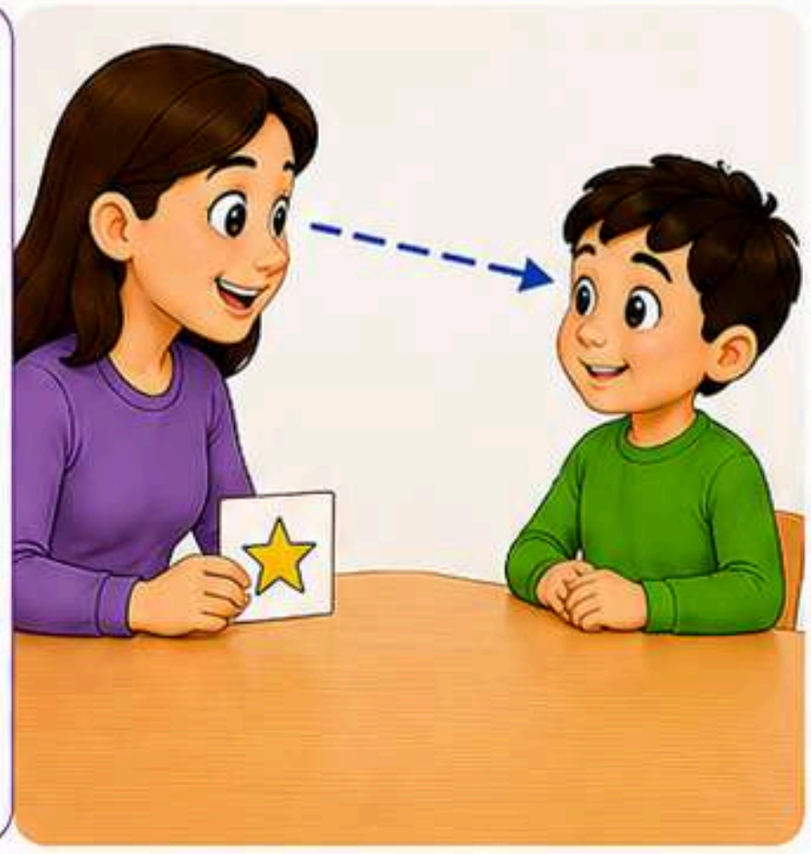
التدريب السادس عشر

تمارين التواصل البصري - أهم 4 أنشطة

من خلال أنشطة ممتعة ومحبة للطفل

الهدف

زيادة مدة التواصل البصري والانتباه المشترك بين الطفل والمعلم بطريقة طبيعية وممتعة.



طريقة التطبيق (ABA)

1. اختر نشاطاً محبباً جداً للطفل.
2. اجعل المعزز أو النشاط الممتع قريباً من وجهك.
3. عزز أي محاولة للنظر نحو وجهك أو عينيك.
4. لا تجبر الطفل على النظر.
5. زد من مدة التواصل البصري تدريجياً.

أهمية التدريب

يعتبر التواصل البصري من المهارات الأساسية للتعلم والتفاعل الاجتماعي. يساعد الأطفال ذوي ADHD على زيادة الانتباه للمتحدث، وتحسين الاستجابة للتعليمات، وتعزيز التفاعل الاجتماعي والانتباه المشترك.

الأنشطة الأربعة لزيادة التواصل البصري

1 الأغاني والحركات



- تغني المعلمة أغنية يحبها الطفل مع حركات ممتعة.
- تتوقف فجأة لثانية أو ثانيتين.
- عندما ينظر الطفل إلى وجهها تكمل الأغنية مباشرة.

الهدف:
ربط التواصل البصري بحدوث شيء ممتع.

مثال:
أغنية رأس وكتفين أو أي أغنية مفضلة للطفل مع حركات وتمثيل.

2 لعبة بيكابو



- تغطي المعلمة وجهها بشال أو قطعة قماش.
- تكشفه فجأة وهي تبتسم.
- تكرر اللعبة عدة مرات.
- عندما ينظر الطفل إلى وجهها يتم الاستمرار باللعبة.

الهدف:
زيادة انتباه الطفل للوجه وتعزيز التواصل البصري بطريقة ممتعة.

3 فقاعات الصابون



- تمسك المعلمة ففاعات الصابون قرب وجهها.
- تنتظر لحظة قصيرة.
- عندما ينظر الطفل إلى وجهها أو باتجاهها تنفخ الفقاعات مباشرة.

الهدف:
تعليم الطفل أن التواصل البصري يؤدي إلى الحصول على شيء ممتع.

4 الكرات الملونة



- تمسك المعلمة كرة ملونة أو عدة كرات صغيرة.
- ترمي الكرة أو تدحرجها بشكل ممتع ومتكرر.
- قبل كل رمية تنتظر لحظة قصيرة بالقرب من وجهها.
- عندما ينظر الطفل إليها تقوم برمي الكرة مباشرة.

الهدف:
زيادة التواصل البصري والانتباه المشترك أثناء اللعب.

التدرج في التدريب

المستوى الأول
☆
النظر للوجه لثانية واحدة.

المستوى الثاني
☆ ☆
النظر لمدة ثانيتين إلى ثلاث ثوانٍ.

المستوى الثالث
☆ ☆ ☆
الحفاظ على التواصل البصري أثناء النشاط.

المستوى الرابع
☆ ☆ ☆ ☆
استخدام التواصل البصري بشكل تلقائي أثناء اللعب والتفاعل.

هذه الأنشطة من أكثر أنشطة ABA استخداماً لتطوير التواصل البصري والانتباه المشترك، لأنها تعتمد على اللعب والمتعة بدلاً من الطلب المباشر من الطفل النظر إلى العينين.

MAHARAT-RT

التدريب السابع عشر

انظر إليّ وسمّ ماذا أشعر؟

أنظر إلى وجة الشخص، ثم أخبر ماذا يشعر أو اختر الصورة الصحيحة



الهدف

تنمية مهارة التعرف على المشاعر من خلال تعبيرات الوجه وتطوير الانتباه البصري والتواصل الاجتماعي.

أهمية التدريب

يساعد هذا النشاط الأطفال ذوي ADHD على ملاحظة تعابير الوجه وفهم المشاعر المختلفة لدى الأخرين، وهي مهارة أساسية للتفاعل الاجتماعي وبناء العلاقات وفهم المواقف اليومية.

طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار مجموعة من المشاعر الواضحة.
2. تقوم الأم أو المعلمة بتمثيل المشاعر بتعبيرات الوجه.
3. إعطاء التعليمات: "انظر إليّ، ماذا أشعر؟"
4. يمكن للطفل الإجابة لفظياً أو اختبار صورة المشاعر المناسبة.
5. تعزيز الاستجابة الصحيحة مباشرة.
6. الانتقال تدريجياً إلى مشاعر أكثر تنوعاً.

فوائد التدريب

- زيادة الانتباه لوجوه الأخرين.
- زيادة فهم المواقف الاجتماعية.
- تنمية مهارة التعرف على المشاعر.
- تنمية المفردات المرتبطة بالمشاعر.
- تطوير التواصل الاجتماعي.
- تطوير التعاطف وفهم الأخرين.
- تحسين التواصل البصري.

أمثلة على المشاعر



أمثلة عملية



التدرج في التدريب

المستوى الأول
التمييز بين مشاعرين واضحين (سعيد وحزين).

المستوى الثاني
التمييز بين 4 مشاعر مختلفة.

المستوى الثالث
التمييز بين 6 إلى 8 مشاعر متنوعة.

المستوى الرابع
عرض مواقف قصيرة وسؤال الطفل: "كيف يشعر هذا الشخص؟"

هذا النشاط من أفضل أنشطة ABA لتنمية المهارات الاجتماعية والانتباه البصري لدى الأطفال ذوي ADHD لأنه يجمع بين التواصل البصري وفهم المشاعر والتفاعل الاجتماعي بطريقة ممتعة وعملية.

MAHARAT-RT

التدريب الثامن عشر

سمّ 5 عناصر من كُل مجموعة

استمع للتعليمات ثم سمّ 5 عناصر تنتمي إلى نفس المجموعة

الهدف

تنمية مهارة الاستدعاء اللفظي والتصنيف من خلال تسمية 5 عناصر من نفس الفئة.

أهمية التدريب

يساعد هذا النشاط الأطفال ذوي ADHD على زيادة الحصيلة اللغوية، وتحسين مهارات التصنيف والتفكير المنظم، وتنمية الذاكرة والاستدعاء والتركيز.



طريقة التطبيق (ABA)

1. اختيار فئة واحدة يعرفها الطفل.
2. إعطاء التعليمات: " سمّ 5 عناصر ".
3. انتظار إجابات الطفل.
4. تعزيز كل استجابة صحيحة.
5. الانتقال إلى فئات أخرى.
6. زيادة مستوى الصعوبة تدريجياً.

فوائد التدريب

- زيادة الحصيلة اللغوية.
- تحسين مهارة التصنيف.
- تنمية الذاكرة والاستدعاء.
- تطوير التفكير المرن.
- زيادة سرعة الوصول للمعلومات.
- تحسين التعبير اللفظي.
- تنمية المهارات الأكاديمية واللغوية.

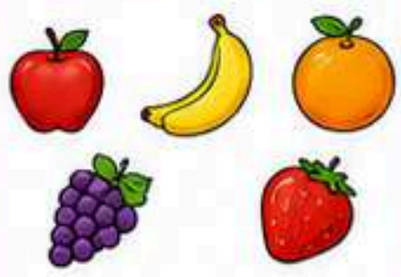
أمثلة على الفئات (كل مجموعة = 5 عناصر)

1. الحيوانات



- أسد
- فيل
- قطة
- كلب

2. الفواكة



- عنب
- فراولة
- تُفاحة
- موزة
- برتقالة

3. المواصلات



- قطار
- سفينة
- سيارة
- حافلة
- طائرة

4. الملابس



- قميص
- بنطال
- حذاء
- جورب
- قبعة

5. أدوات المدرسة



- قلم
- دفتر
- ممحاة
- مسطرة
- مقص

مثال عملي



التدرج في التدريب



هذا النشاط من أفضل أنشطة ABA للأطفال ذوي ADHD لأنه يجمع بين الانتباه واللغة والذاكرة والتصنيف، ويساعد الطفل على تنظيم أفكاره واسترجاع المعلومات بسرعة ودقة.

MAHARAT-RT

شكرًا لكم

أتمنى أن تكون هذه الأنشطة هدية مفيدة لكم ولأطفالكم.

إعداد: رهف الترزي — QBA

للمتابعة والتواصل

فيسبوك: رهف الترزي ABA

إنستغرام: rahaftarazi.aba

الهاتف: 00971544393591

الموقع: www.maharat-rt.com

للحصول على المحتوى الكامل، اضغطوا على رابط كورس ADHD أدناه.

www.maharat-rt.com