

برنامج العلاج الوظيفى الحركى لفئة من أطفال الشلل الدماغى

يتسم برنامج العلاج الوظيفى الحركى بأنه ينقسم إلى قسمين رئيسيين

القسم الأول :- الحركات الكبرى يشير هذا المصطلح إلى الحركات التى تصدر عن العضلات كبيرة الحجم كعضلات الكتفين والذراعين وجذع الجسم والحوض والرجلين.

القسم الثانى :- الحركات الصغرى فتشير إلى الحركات التى تصدر عن عضلات صغيرة الحجم كالعضلات الدقيقة فى اليدين وعضلات الوجه والفكين.

القسم الأول :- الحركات الكبرى ينقسم إلى

١- الثبات ٢- التنقل

٣- التلاعب بالأشياء

القسم الثانى :- الحركات الصغرى وينقسم إلى

١- القبضات ٢- التأزر البصرى الحركى.

الحركات الكبرى

١- الحفاظ على أوضاع الثبات

١- الجلوس

٢- الجلوس مع الوصول إلى لعبة متدلّية بذراع واحد.

٣- الجلوس مع الوصول إلى لعبة متدلّية بالذراعين .

٤- الجلوس على لوحة الإتزان.

٥- الجلوس على كرة.

٦- الوقوف على الركبتين.

٧- الوقوف على الركبتين مع محاولة الوصول إلى لعبة متدلّية بذراع واحد.

٨- الوقوف على الركبتين مع محاولة الوصول إلى لعبة متدلّية بالذراعين.

٩- الوقوف على الركبتين على لوحة الإتزان.

- ١٠- الوقوف على القدمين.
- ١١- الوقوف على القدمين على لوحة الإتزان .
- ١٢- الوقوف على قدم واحدة لمدة ٥ ثوانى.
- ١٣- الوقوف على قدم واحدة لمدة ١٠ ثوانى.
- ١٤- الوقوف على أطراف الأصابع لمدة ٥ ثوانى.
- ١٥- الوقوف على أطراف الأصابع لمدة ١٠ ثوانى.

٢- التنقل :-

- ١- الحبو على أربع .
- ٢- الحبو على أربع على لوح مائل.
- ٣- الحبو على أربع على لوحة الإتزان.
- ٤- المشى للأمام .
- ٥- المشى للأمام على لوحة الإتزان.
- ٦- المشى للأمام على لوح مائل .
- ٧- المشى للأمام على مخدات من فيبر.
- ٨- المشى للأمام مع تخطى حواجز .
- ٩- المشى للأمام بين الأقماع.
- ١٠- المشى للأمام مع إنتقاط مكعبات من على الأرض.
- ١١- القفز فى المكان.
- ١٢- القفز للأمام خطوة.
- ١٣- القفز من أسفل لأعلى (من على الأرض إلى مخدة إسفنجية ٥ سم).
- ١٤- القفز من أعلى لأسفل (من مخدة إسفنجية ٥ سم للأرض).
- ١٥- القفز على الترمبولين.

٣- التلاعب بالأشياء :-

- ١- دحرجة كرة من وضع الجلوس.
- ٢- قذف كرة من وضع الجلوس.
- ٣- قذف كرة من أعلى الرأس من وضع الجلوس.
- ٤- قذف كرة تنس بيد واحدة من وضع الجلوس.
- ٥- إلتقاط كرة مقذوفة من وضع الجلوس.
- ٦- قذف كرة من وضع الوقوف.
- ٧- قذف كرة من أعلى الرأس من وضع الوقوف.
- ٨- قذف كرة تنس بذراع واحد من وضع الوقوف.
- ٩- إلتقاط كرة مقذوفة من وضع الوقوف.
- ١٠- ركل كرة من وضع الوقوف.

الحركات الصغرى :-

١- القبضات :-

القبضة الإسطوانية :-

- ١- صعود ونزول درجات سلم الحائط باليدين بالتبادل.
- ٢- العجلة الدوارة.
- ٣- نقل الماء من كوب لآخر.
- ٤- نقل الماء من زجاجة لكوب.
- ٥- تحريك الشخيلة.

القبضة القوية :-

- ١- وضع قطعة من الصلصال باليد مع الضغط عليها.
- ٢- ضرب الأوتاد بالشاكوش.
- ٣- إستخدام الهون لطحن قطع من البسكويت.
- ٤- رج زجاجة بها ماء وصابون .
- ٥- الضرب بالشاكوش البلاستيك المزود بالزمارة.

القبضة الكروية :-

- ١- قذف كرة تنس بيد واحدة.
- ٢- نقل كور رأكت من وعاء لوعاء.
- ٣- وضع كور رأكت فى فوهة الرول المجوف.
- ٤- قذف كرة البولينج على مجموعة من زجاجات البولينج.
- ٥- قذف كرة صغيرة فى سلة على بعد متر.

القبضة الدائرية :-

- ١- فتح غطاء يرطمان.
- ٢- إلتقاط أكواب الماء من فوهة الكوب.

قبضة الكماشة :-

- ١- إتقاط الخرز ووضعه فى فوهة زجاجة .
- ٢- تركيب رباط الحذاء و خلعه.
- ٣- لضم الخيط بالإبرة.
- ٤- تركيب ونزع الدبابيس فى قطعة فوم.
- ٥- تقطيع الصلصال إلى قطع صغيرة بإستخدام طرفى أصبعى السبابة والوسطى.

القبضة الثلاثية :-

- ١- خلع وتركيب المشابك على حافة كرتونه.
- ٢- خلع وتركيب غطاء الزجاجاة.
- ٣- نقل الماء من وعاء لوعاء بالقطارة.
- ٤- عصر الليمونة بيده.
- ٥- فتح كيس شيبسى.

القبضة الجانبية :-

- ١- فتح قفل بالمفتاح.
- ٢- التسبيح بالمسبحة واحدة فى كل مرة .
- ٣- الضغط على أنبوبة المعجون لوضعه على الفرشة.
- ٤- فك سوستة.

٢- التآزر البصرى الحركى :-

المكعبات :-

- ١- عمل برج من ٣ مكعبات .
- ٢- عمل برج من ٦ مكعبات.
- ٣- عمل برج من ٨ مكعبات.
- ٤- عمل برج من ١٠ مكعبات.
- ٥- عمل قطار من ٣ مكعبات.
- ٦- عمل كوبرى من ٣ مكعبات.
- ٧- عمل حائط من ٤ مكعبات.
- ٨- عمل درجات سلم من ٦ مكعبات.
- ٩- عمل هرم من ٦ مكعبات.
- ١٠- عمل هرم من ١٠ مكعبات .

الصلصال :-

- ١- تجميع الصلصال المفرد بأطراف الأصابع.
- ٢- وضع قطعه من الصلصال باليد مع الضغط عليها.
- ٣- طباعة أشكال مختلفة فى الصلصال.
- ٤- إخفاء خرز أو بلى داخل الصلصال ثم إستخراجها باليدين معا.
- ٥- عمل ألوان جديدة من الصلصال بخلط قطع من الصلصال بألوان مختلفة.
- ٦- فرم الصلصال بمفرمة الثوم الصغيرة.
- ٧- عمل برج من أقراص الصلصال المفردة.

- ٨- التقاط الأشياء المختلفة المغروسة فى الصلصال كالبلى والأزرار.
- ٩- عمل أصابع من الصلصال حول الأقلام (كفته).
- ١٠- برم الصلصال على الترابيزة ببطن اليد.
- ١١- عمل كرة من الصلصال باليد على الترابيزة.
- ١٢- الضغط على الصلصال بكف اليد.
- ١٣- فرد وتبسيط الصلصال براحة اليد على الترابيزة.
- ١٤- فرد وتبسيط الصلصال ببطن اليد على الترابيزة.
- ١٥- قص أصابع الصلصال المبرومة بالمقص.

المشابك :-

- ١- فك وتركيب المشابك على حافة كرتونة .
- ٢- فك وتركيب المشابك على حافة الأكواب .
- ٣- فك وتركيب المشابك على حافة مسطرة حرف تى .
- ٤- فك وتركيب المشابك على حبل مشدود.
- ٥- فك وتركيب المشابك على حبل مرخى.
- ٦- فك وتركيب المشابك على قطع أسفنجية .

الضم :-

- ١- ضم خرز كبير الحجم بوتد خشبى رفيع.
- ٢- ضم خرز متوسط الحجم بسلك معدنى مقوى.
- ٣- ضم خرز صغير الحجم بحبل .
- ٤- ضم حبل بمكرونة أقلام.
- ٥- ضم حبل بشاليموه.

التلوين :-

- ١- التلوين بإستخدام أطراف الأصابع.
- ٢- التلوين العشوائى بإستخدام القلم.
- ٣- التلوين داخل إطار بأرز .
- ٤- التلوين داخل إطار غير بارز.
- ٥- التلوين للأشكال الهندسية المنتظمة كالمربع والمستطيل.
- ٦- تلوين دائرة .
- ٧- تلوين الرسوم المبسطة كالبرتقال . التفاحة . الموزة.
- ٨- تلوين الرسومات ذات التفاصيل المتوسطة كالشجرة والمنزل .
- ٩- تلوين الرسومات ذات التفاصيل الكثيرة والدقيقة.

مهارات إتزان حركة الذراع :-

- ١- نقل الماء من وعاء لوعاء بالملعقة.
- ٢- نقل البلى من وعاء لوعاء بالملعقة.
- ٣- بناء برج من المكعبات الغير متداخلة.
- ٤- لضم الخرز واليدين غير مستندتين على الترابيزة.
- ٥- حمل طبق صغير عليها فنجان بلاستيك فارغة ثم مملوءة .

القص :-

- ١- قص خطوط مستقيمة عرض ٢.٥ سم طول أقل من ٥ سم .
- ٢- قص خطوط مستقيمة عرض ٢ سم طول ٥ سم.
- ٣- قص خطوط مستقيمة عرض ١.٥ سم طول ٧.٥ سم.
- ٤- قص خطوط مستقيمة عرض ١ سم طول ١٠ سم.
- ٥- قص خطوط مستقيمة عرض ٠.٥ سم طول أكثر من ١٠ سم.
- ٦- قص خطوط دائرية.
- ٧- قص خطوط منحنية.
- ٧- قص دائرة.
- ٨- قص مربع ، مستطيل . مثلث .
- ٩- قص أشكال غير منتظمة الشكل (تفاحة . برتقالة) .

