

6 نصائح لتنمية المهارات الحركية لطفلك



الاثنين 7 نوفمبر 2016 03:11 م

من أهم المهارات التي يكتسبها الطفل هي المهارات الحركية ومن الضروري تطويرها وتنميتها في مرحلة الطفولة ويكون ذلك من خلال الاهتمام الجيد بالتغذية السليمة والتمرين المستمر على هذه الحركات ويجب تنمية هذه المهارات مبكرًا لأن تنمية المهارات الحركية تكون إبطاً في مرحلة الروضة □

ونقدم لك في هذه المقالة أهم النصائح و الخطوات اللازمة لتطوير المهارات الحركية للطفل □
استخدام العضلات

وفي مهارات الحركة يعتمد الطفل على استخدام عضلاته، فالمهارات الحركية التي تعتمد على حركة اليدين والقدمين أو حركة الجسم ككل تسمى المهارات الحركية الكبرى، ولهذا فإن زحف الطفل أو ركضه يعتبر من المهارات الحركية الكبرى □
الصبر في تدريب الطفل

بعد التدريب على المهارات الحركية للطفل مشابها للتدريب على أية مهارات أخرى، لذلك فيجب على من يقوم بتدريب الطفل أن يكون صبورًا عند تدريب الطفل وأن يكون متفهمًا، لأن هذه المهارات تحتاج الأيام حتى تنمو □
مهارة دعم الرأس

من أول المهارات التي يجب على الطفل تعلمها مهارة دعم الراس، وهي تكون بمساعدة الأباء للرضيع لأنه لا تكون لديه المقدرة على فعل لك لنفسه فهو مازال في عمر الثلاث شهور □

وعندما تقوى عضلات رقبة الطفل فوقتها تكون لديه القدرة على رفع رأسه وربما أيضًا صدره ولكن يكون مستقرًا، أما عند عمر سبعة أشهر فإن الطفل تكون لديه القدرة على رفع رأسه لفترة طويلة وأن يثبتها كما يمكنه التحكم به جيدًا وذلك في حالة تم حمله من قبل شخص ما أو إحتضانه □

تركيز البصر على الأشياء

وفي حالة الطفل في عمر الثلاثة أشهر إلى ستة أشهر يمكن تطوير قدراته عن طريق مساعدته على أن يركز بصره على أشياء بالتحديد والتقلب يمينًا ويسارًا أو مناولته شيئًا ليمسكه بيده أو مساعدته على أن يدرك الأصوات المألوفة وتمييز الفعل ورد الفعل .
تمارين تطوير حركة الطفل

ويمكنك عمل تمارين معينة لتطوير حركة الطفل مثل أن تضع كرة الطفل أو لعبته المفضله أمامه ومتابعته إذا كان سيلتقطها أم لا أو أن تأتي من خلف الطفل وتضع الكرة بجواره لتراقب رد فعله وهو يحاول التقاطها □

ويمكنك لفت انتباهه إلى الكرة عن طريق تحريكها باتجاهه لتشجعه على أن يتحرك لالتقاطها ، فإذا انقلب الطفل لإلتقاط الكرة من على الارض فعليك تشجيعه والابتسام له ولكن إذا يحاول الانقلاب ولم يقدر فلا تتركه يعود لوضعه بل ساعده على الانقلاب بيدك □
الاهتمام بالطفل

في العام الأول للطفل تكون ردود الأفعال مختلفة، ففي هذه الفترة يجب الاهتمام كثيرًا بتطور الطفل الحركي فالطفل يتحرك بتلقائية ومناسبة لعمره ولكن على الأهل تشجيعه ومساعدته، فالطفل يدير رأسه إذا سمع اسمه أو سمع صوت مألوف بالنسبة له كصوت أحد إخوته أو أمه أو والده، ويمكنه أيضًا أن يرفع إصبعه ليرضعه أو يبحث عن أمه لترضعه □

ويستعمل الطفل هذه الأساليب في البحث عن طعامه كما أنها تساعد في التعلم، الدغدغة أيضًا يمكنها مساعدة الطفل في تطور مهاراته حيث إنها تجعله يغلق يديه ويفتحها لا اراديًا وهذا يعمل على تطوير قدرته على قبض يديه واستخدامها في مسك الأشياء □