



مؤسسه یاریگران کودکان کار پویا
کارگروه مهارت‌های حرکتی

"طرح تجهیز اتاق مهارت‌های حرکتی کودکان کار"

تابستان ۹۸

۱ - عنوان پروژه پیشنهادی:

تجهیز اتاق مهارت‌های حرکتی

۲- کادر اجرایی پروژه:

ردیف	نام	نام خانوادگی	سمت در پروژه	تحصیلات	سابقه تخصصی
۱		کارگروه مهارت‌های حرکتی مؤسسه			

۳- طرح مسئله:

در بحث آموزش و درمان کودکان در معرض آسیب تحت پوشش مؤسسه یاریگران کودکان کار پویا، یعنی کودکان کار و کودکان دارای مشکلات و اختلال یادگیری، یکی از دغدغه‌های جدی، ضعف در مهارت‌های حرکتی آنهاست. این ضعف شامل هماهنگی‌های دست و پا، هماهنگی‌های پا و چشم، هماهنگی دست و چشم و سایر هماهنگی‌های فیزیکی می‌شود. این ضعفها باعث می‌شود که این کودکان اغلب در زمینه مهارت‌های ظریف نوشتن و فعالیت‌های روزمره نسبت به همسالان خود کاستی‌هایی را داشته و در بازه زمانی آموزش آنها موجب بازماندگی تحصیلی آنها می‌شود. برای اینکه به طور خاص بتوان این ضعف مهارت‌ها را جبران کرده و این کودکان را به سطح مهارت‌های متناسب با سنشان رساند، آنها نیاز به آموزش‌های خاص مربوط به مهارت‌های حرکتی همراه با بازی دارند.

اتاق بازی و مهارت‌های حرکتی در مؤسسه یاریگران در پاسخ به این نیاز از آغاز تاسیس مؤسسه ایجاد شده است و نتایج و خروجی مناسبی بر اساس ارزیابی‌های سه ماهه و شش ماهه وجود داشته است.

با این حال وسایل فعلی اتاق مهارت‌های حرکتی برای پوشش همه نیازهای این حیطة کفایت نمی‌کند. نیاز است مجموعه ای از ابزار جدید و به روز مرتبط با این حیطة تهیه شده تا بتوان به شیوه ای بهتر و به روز تر مسائل این کودکان را با کمک آموزش‌های حرکتی در خلال بازی برطرف کرد.

اتاق مهارت‌های حرکتی مؤسسه یاریگران کودکان کار پویا یکی از معدود مراکز با اهداف ذکر شد در بالا برای کودکان در معرض آسیب است که به شیوه‌ای تخصصی به این مهم می‌پردازد.

۴- چشم انداز:

چشم‌انداز این طرح رساندن همه کودکان مؤسسه به سطح مناسب از مهارت‌های حرکتی ظریف و درشت متناسب با سن آنها می‌باشد.

۵- اهداف :

- ۱- تجهیز و بهینه سازی اتاق مهارت‌های حرکتی مؤسسه یاریگران برای سال تحصیلی ۹۸-۹۹
- ۲- گسترش امکان بازیها و فعالیت‌های بیشتر و پیشرفته تر و کیفیت بخشی به فعالیت‌های مهارت‌آموزی اتاق

۶- پیشینه پروژه:

این پروژه با وسایل فعلی حدود ۶ سال است که در منطقه در حال انجام است. با این حال استفاده از وسایل جدید برای اولین بار است که انجام می‌پذیرد.

۷- زمان اجرای پروژه:

از مهرماه ۹۸ تا مهرماه ۹۹

۸- مکان اجرای پروژه:

مؤسسه یاریگران کودکان کار پویا واقع در شوش، هرندی، خیابان معروفخانی، کوچه زمانپور، پلاک ۱۴

۹- فعالیت‌ها:

تمام کودکان مؤسسه در بدو ورود به مؤسسه به صورت کلی مورد ارزیابی‌های حرکتی قرار می‌گیرند. در برخی موارد بررسی مشکلات حرکتی دانش‌آموزان با مشورت مسئول بخش روان‌شناسی انجام می‌پذیرد. کودکانی که بنا بر ارزیابی‌های اولیه نیاز به تمرینات انفرادی داشته باشند، به طور فردی در ساعاتی مشخص با مربی مهارت‌های حرکتی، تمرینات تخصصی و مورد نیازشان را انجام می‌دهند.

اما به طور کلی فعالیت‌های اتاق مهارت‌های حرکتی شامل موارد زیر است:

مهارت‌های حرکتی را به دو دسته میتوان تقسیم کرد : مهارت‌های حرکتی درشت و مهارت‌های حرکتی ظریف.

مهارت حرکتی درشت به حرکاتی گفته می‌شود که ماهیچه‌های بازو، ران، نیمتنه و پا درگیر می‌کند. مهارت‌های حرکتی درشت شامل طناب بازی - دویدن - پریدن - راه رفتن روی الگو- تعادل - هماهنگی دست و پا- هماهنگی دست و چشم- هماهنگی پا و چشم- پرتاب و دریافت تمرینات ترکیبی و ایستگاهی می باشد که این آموزش ها طی سه روز در هفته به شرح ذیل انجام می‌شود:

در دو روز از هفته، آموزش تئوری و عملی در مقطع سنی پیش دبستان- اول - دوم دبستان - سوم دبستان و چهارم و پنجم دبستان هر کدام به صورت جداگانه اجرا می‌شود. این آموزش‌ها مربوط به تکنیک‌ها و تاثیر گذاری درست ورزش کردن و آموزش داشتن اخلاق ورزشی و تاثیرات آن جهت موفقیت و کسب احترام می‌باشد. یکی دیگر از آموزش‌های تئوری انجام پرسش و پاسخ در مبحث‌های ورزشی مربوطه است و توضیح و توجیه تاثیرات مثبت ورزش کردن در سلامت جسم و روح انسان. در آموزش عملی تمرین و رفع اشکال حرکات ظریف و درشت به صورت گروهی و انفرادی در قالب بازی صورت می‌گیرد.

در روز سوم، آموزش و تمرین دفاع شخصی و آمادگی جسمانی در سالن و رفع اشکال از بچه‌ها می‌باشد.

در ابتدا تمریناتی مانند پروانه- قیچی- جامپینگ- حرکات کششی- تمرینات ایستگاهی و ترکیبی که برای حفظ تعادل و هماهنگی پا و چشم و دست و پا مناسب می‌باشد انجام می‌شود. در حین تمرین و آموزش از افرادی که در انجام تمرینات اشکال دارند رفع اشکال می‌شود و بعد از پایان آموزش و کمی استراحت به تمرینات دفاع شخصی پرداخته می‌شود.

۱۰- برنامه زمانی:

ردیف	نام فعالیت	تاریخ شروع	تاریخ پایان
۱	جلسات تمرین انفرادی یا دو نفره کودکان اتاق مهارت‌های حرکتی	مهر ۹۸	مهر ۹۹
۲	جلسات تمرین گروهی هر مقطع تحصیلی سه بار در هفته	مهر ۹۸	مهر ۹۹

۱۱- شیوه‌های پایش و ارزیابی:

ارزیابی روند بازیابی و تقویت مهارت‌های حرکتی کودکان در بازه‌های زمانی سه ماهه و شش ماهه جزو روندهای ثابت کارگروه مهارت‌های حرکتی مؤسسه است که طبق چک لیست تخصصی ارزیابی مهارت‌های حرکتی که جزو مستندات سند ایزوی مؤسسه است انجام می‌پذیرد.

۱۲- ریسک‌های پروژه:

ردیف	شرح ریسک	اولویت	احتمال وقوع	شیوه پاسخگویی
	ریسکی برای پروژه پیش بینی نمی‌شود.			

۱۳- بودجه لازم برای پروژه:

ردیف	موضوع هزینه	تعداد	قیمت واحد به	قیمت کل

به تومان	تومان			
۱۰۰۰۰۰۰	۵۰۰۰۰۰	۲	پاراشوت (چتر)	۱
۶۰۰۰۰۰	۶۰۰۰۰۰	۱	تونل دو و نیم متری	۲
۲۲۰۰۰۰	۱۱۰۰۰۰	۲	توپ بزرگ	۳
۶۰۰۰۰۰	۲۰۰۰۰۰	۳	تخته تعادل در سایزهای مختلف	۴
۳۰۰۰۰۰	۳۰۰۰۰۰	۱۰	نودل	۵
۷۰۰۰۰۰	۳۵۰۰۰۰	۲	توپ استخری بسته صدتایی	۶
۱۵۰۰۰۰۰	۱۵۰۰۰۰۰	۱	تلمبه	۷
۲۵۰۰۰۰۰	۵۰۰۰۰۰	۵	مانع در سایزهای مختلف (بسته ده تایی)	۸
۲۵۰۰۰۰	۵۰۰۰۰۰	۵	چسب کاغذی	۹
۳۲۱۵۰۰۰			جمع	