



# بازی و حرکت

توصیه‌هایی برای کودکان معلول  
جهت آموختن حرکت از طریق بازی

سوفی لویت

تصویرگر: شوناگرانت

ترجمه: احمد نظری

کارشناس کاردرمانی و

کارشناس ارشد مدیریت توانبخشی

لویت، سوفی

Levitt, Sophie

بازی و حرکت: توصیه‌هایی برای کودکان معلول جهت آموختن حرکت از طریق بازی / سوفی لویت؛ تصویرگر شونا گرانت، ترجمه احمد نظری. - - تهران: دانژه، ۱۳۸۳.

۷۲ ص: مصور

ISBN: 964-7932-14-6      ۱۲۰۰۰ ریال

we can play ,and move, ideas to help disabled children..., c1987.

عنوان اصلی:

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیپا.

۱. کودکان علیل - - آموزش و پرورش. ۲. بازی‌درمانی. الف. گرانت، شونا، تصویرگر، Grant, Shona. ب. نظری،

احمد، مترجم. ج. عنوان.

LC۴۰۱۹/۳/۹ب۲

کتابخانه ملی ایران

۱۳۸۳

۳۷۱ / ۹۰۴۷۲

م ۸۳-۴۰۹۵۲

## بازی و حرکت

تألیف: سوفی لویت

مترجم: احمد نظری

ناشر: نشر دانژه

لیتوگرافی: پارت

چاپ و صحافی: اطلس چاپ

شمارگان: ۲۲۰۰ نسخه

چاپ اول: ۱۳۸۴

شابک ۹۶۴-۷۹۳۲-۱۴-۶



نشر دانژه

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

تهران: خیابان استاد مطهری، خیابان سلیمان خاطر (امیراتابک)، کوچه اسلامی، شماره ۴/۲

صندوق پستی: ۴۱۴۶-۱۴۱۵۵

کدپستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱

تلفکس: ۸۸۱۲۰۸۳

تلفن: ۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۴۲۵۴۳

email: danjehpub@hotmail.com

## مقدمه

به هر حال معلولیت از هر نوع (جسمی، حسی، ذهنی، ادراکی) و از هر درجه‌ای (خفیف، متوسط، شدید و عمیق) که باشد، بویژه در دوره‌های حساس تحول، موجب کندی آهنگ رشد حرکتی کودکان می‌شود.

رشد حرکتی به مثابه قاعده و پی‌هرم رشد، بر سایر حیطه‌های ادراکی، شناختی و «نمادپردازی» تأثیری جدی خواهد گذاشت. بر این اساس محدودیت، تأخیر و اختلال در رشد حرکتی (درشت یا ظریف) موجب بازداري رشد سایر جنبه‌ها خواهد شد.

بی‌تردید بخشی از کندی رشد و اختلال حرکتی، ناشی از عدم ریش سامانه‌ی عصبی مرکزی و بخشی ناشی از محدودیت‌های حسی و در مواردی نیز ناشی از درگیری مستقیم مراکز کنترل حرکتی است. اما، بویژه محدودیت‌های محیطی ناشی از نگرش منفی و درک نادرست نسبت به نیازها و توانایی‌های کودکان معلول، امکان و مجال تعامل با محیط و اطرافیان را از آنان سلب می‌کند. هم خانواده، هم فضای آموزشی، با کنترل شدید، جلو تحریک ضروری کودک را می‌گیرند و در نتیجه، میدان جنب و جوش کودک را محدود و تنگ می‌کنند. افزون بر این، کودکان معلول در تعاملات اجتماعی، بازی با همسالان، حضور در مراسم و آئین‌ها، رفتن به پارک و ... نیز، با محرومیت‌های غیر منطقی عمده‌ای روبرو هستند.

از طریق بازی است که کودک در تعامل و پیوند با محیط و اطرافیان و همسالان، به طرز لذت بخش، فرصت می‌یابد تا فشار ناشی از رشد را تاب آورد و با تجربه‌ای مستقیم، حواس، ادراکات و حرکات خود را تقویت کند و بدینوسیله تعادل و سازگاری بیابد. بازی برای همه کودکان ضروری و حیاتی است و برای کودکان معلول، حیاتی‌تر است. بازی هم موجب تسهیل ارتباط والدین، مربی و درمانگر می‌شود و هم وسیله‌ی مناسب ارزیابی و تشخیص توانایی‌های او و

هم درمان و توانبخشی است. از این رو، طراحی بازی‌های مناسب برای کودکان معلول و اجرای آن، علاوه بر تقویت حرکتی، اعتماد بنفس، رشد شناختی، اجتماعی و ذهنی کودک را سرعت می‌بخشد. با پذیرش این چارچوب نظری، کتاب حاضر تدوین یافته است. نویسنده‌ی اثر، فیزیوتراپیست و مترجم آن کار درمانگر است. بی‌تردید این کتاب راهنمای عملی مناسبی است که والدین، مربیان و درمانگران را یاری می‌دهد تا با آگاهی سنجیده‌ای در قالب بازی، رشد و تقویت فعالیت‌های حرکتی کودکان معلول را تسهیل کنند. تمرینات از ساده به پیچیده و در حالت‌های مختلف بدنی و حرکتی تدوین شده و چگونگی شروع و همراهی با کودک را نشان می‌دهد.

حُسن انتخاب همکار محترم، جناب آقای احمد نظری که خود سال‌هاست در توانبخشی کودکان شهری و روستایی تجربه دارند، ستودنی است. از این روست که ایشان کتابی را برای ترجمه برگزیده‌اند که تمرینات آن با ساده‌ترین وسایل طراحی شده و اجرای آن در همه جا امکان‌پذیر است.

امید است که این کتاب مورد استقبال و استفاده‌ی والدین، مربیان، درمانگران، پژوهرزان فعال در زمینه توانبخشی مبتنی بر جامعه و دانشجویان رشته‌های توانبخشی و کودکان استثنایی قرار گیرد و سعی بلیغ مترجم، مآجور گردد.

علی حسین سازمند

مدیر گروه آموزشی کاردرمانی

دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

تقدیم به خواهرزاده خوبم

محمد ایری

### فهرست مطالب

۷	مقدمه - به قلم دکتر علی حسین سازمند
۹	- درباره مؤلف
۱۰	- تقدیر
۱۱	- سخن مترجم
۱۳	- درباره این کتاب
۱۵	- راهنمایی برای استفاده از این کتاب
۱۹	- از چه چیزهایی می‌توان برای بازی استفاده کرد؟
۲۳	- بعضی موارد که باید مورد توجه قرار گیرد
۳۵	- بازی با کودک در وضعیت خوابیده بر روی پشت
۳۹	- بازی با کودک در وضعیت نشسته
۵۵	- بازی با کودک در وضعیت ایستاده
۶۱	- بازی‌های بیشتر برای فعالیت دست‌ها
	- آثار نشر دانژه

## درباره مؤلف

سوفی لویت فیزیوتراپیست است و در آفریقا، هندوستان و اروپا به طور وسیع با کودکان معلول کار کرده است.

وی در سال ۱۹۶۰ اولین کلینیک را برای کودکان فلج مغزی در زیمبابوه (حراره) تأسیس کرد و (طرح) زمین بازی کودکان را برای کودکان معلول در بریتانیا به اجراء در آورد. سوفی لویت، طی سالهای ۸۵ - ۱۹۷۵ در انستیتو بهداشت کودک دانشگاه لندن برای بهداشتکاران انستیتو بهداشت کودک مناطق گرمسیری به عنوان استاد توانبخشی تدریس می کرد و در طی سالهای ۹۴ - ۱۹۸۵ مشاور و استاد دوره های آموزشی در زمینه توانبخشی مبتنی بر جامعه برای کشورهای در حال توسعه در همان انستیتو بود. وی برای بسیاری از سازمانهای مرتبط با کودکان معلول در کشورهای در حال توسعه به عنوان مشاور فعالیت می کند.

سوفی لویت مؤلف سه کتاب در خصوص کودکان معلول و از جمله کتابی برای والدین است. همچنین کارگاههایی را برای والدین و مراقبین بچه ها برگزار می کند.

## تقدیر

کتاب "بازی و حرکت" تألیف سوفی لوییت (Sophie Levitt) و تصاویر آن از شونا گرانت (Shona Grant) است. طرح روی جلد نیز از اینگرید امسدن (Ingrid Emsden) می‌باشد.

Healthlink Worldwide (AHRTAG سابق) از افرادی که وقت و تخصص‌شان را برای ویرایش اصلی این کتاب صرف نموده‌اند قدردانی می‌کند، بویژه از سارا کوک\* (کاردرمانگر)، و دانشجویان توانبخشی مبتنی بر جامعه برای کشورهای در حال توسعه، طی سالهای ۸۷ - ۱۹۸۶ در انستیتو بهداشت کودک دانشگاه لندن. اولین ویرایش این کتاب که بوسیله دیبورا برکت (Deborah Birkett) تألیف شده بود در سال ۱۹۸۷ به چاپ رسید و مورد حمایت مالی بنیاد استنلی توماس جانسون قرار گرفت. دومین ویرایش نیز در سال ۱۹۹۲ چاپ شد.

آخرین ویرایش این کتاب با جلد جدید و محتوای نسبتاً اصلاح شده آن در سال ۱۹۹۸ منتشر شد که در اینجا Healthlink worldwide از the States of Jersey Overseas aid committee بخاطر حمایت‌های مالی قدردانی می‌نماید.

کتاب بازی و حرکت به زبانهای بنگالی، بلغاری، چینی و اسپانیایی ترجمه شده است. برای کسب اطلاع بیشتر درباره نحوه بدست‌آوردن این ویرایش‌ها، لطفاً با آدرس Healthlink worldwide که در زیر آمده، تماس بگیرید Healthlink worldwide. علاقه‌مند به شنیدن نقطه نظرات افراد یا سازمانهایی است که مایل هستند کتاب را به سایر زبانها ترجمه کنند.

*We Can play and Move*

Published by Healthlink Worldwide (formerly AHRTAG)

Farringdon Point

29-25 Farringdon Road

London EC1M 3JB, UK.

Tel: +441710606

Fax: +441712420041

E - mail: info @ healthlink.Org. uk

\*. Sarah Cook

## سخن مترجم

طی سال‌های اخیر در کنار شیوه‌های سنتی ارائه خدمات توانبخشی، سمت‌گیری نوینی تحت عنوان «توانبخشی مبتنی بر جامعه» تکوین یافته است که از ویژگی‌های مهم آن تاکید بر آموزش خانواده، و جامعه در بهبود کیفیت زندگی افراد معلول است.

در راستای آشنایی بیشتر با این رویکرد جدید، با سازمان‌های بین‌المللی مرتبط مکاتباتی داشته‌ام. از جمله این سازمان‌ها، Health Link World Wide است که در زمینه مراقبت‌های اولیه بهداشتی فعالیت و اطلاع‌رسانی دارد.

کتاب «بازی و حرکت» از جمله کتاب‌های انتشار یافته توسط سازمان مذکور است. ویژگی بارز این کتاب، سادگی، عینی و کاربردی بودن آن است. نویسنده اثر، سوفی لویت از کارشناسان مجرب و صاحب نظر در زمینه توانبخشی کودکان معلول و مشاوره والدین است. او بر این باور است که بازی یکی از فعالیت‌های بسیار مهم در بهبود رشد کودک می‌باشد و بدین منظور در مراحل گوناگون رشد حرکتی، فعالیت‌های هدفمند و لذت‌بخش ارائه می‌دهد تا ضمن برقراری ارتباط متقابل بین والدین، کودک و محیط، رشد وی نیز بهبود یابد و برای این هدف، از رساترین بیان و گویاترین تصاویر بهره گرفته است.

فعالیت‌ها از ساده به سخت درجه‌بندی شده‌اند و همزمان با بهبود توانایی کودک در انجام هر مرحله، حمایت‌های اولیه نیز به تدریج کاهش می‌یابد. ضمناً در انجام هر فعالیت بر تشویق به موقع و مناسب کودک تاکید می‌شود.

انجام تمام فعالیت‌ها در محیط منزل و محل زندگی به سادگی امکان‌پذیر است و از سوی دیگر ایده‌های خوبی برای ابداع و ابتکار فعالیت‌های مشابه و جدید ارائه می‌دهد.

نکته مهم دیگر، تاکید بر مشارکت فعال خانواده، کودک و همسالان وی است که در انجام هر فعالیت، امری ضروری می‌باشد.



امید است این کتاب در بهبود، مشکلات کودکان معلول، خانواده‌ها، مربیان و به‌روران فعال در زمینه توانبخشی مبتنی بر جامعه، مفید واقع شود.

در خاتمه وظیفه خود می‌دانم که از مدیران و مسئولین محترم Health Link World Wide که زحمت ارسال کتاب را تقبل نموده‌اند و استاد بزرگوارم، جناب آقای دکتر علی حسین سازمند که با قلم دقیق و عمیق خویش ترجمه کتاب را زینت بخشیده‌اند، سپاسگزاری نمایم.

همچنین از استاد گرامی‌ام، جناب آقای سید مهدی صادقی‌نژاد که امکان نشر این کتاب را فراهم نمودند و سایر دوستانی که با الطاف خود مشوق بنده بوده‌اند، نهایت تشکر را دارم.

احمد نظری

کارشناس کاردرمانی

کارشناس ارشد مدیریت توانبخشی

www.ketab.ir