

**a. المعلومات والممارسات الصحية**

- يُنجز مهام العناية الشخصية باستقلالية متزايدة.
- يشارك في الأنشطة البدنية المنظمة وغير المنظمة.
- يشارك بانتظام في الألعاب النشطة واللعب في المناطق المفتوحة وأشكال أخرى من التمارين التي تعزز اللياقة البدنية.
- ينتقل من الأنشطة عالية الطاقة إلى الأنشطة منخفضة الطاقة مع الدعم.
- يتبع الروتين الصحي مع الدعم (مقابل التصرف بطريقة مستقلة).
- يتعاون خلال زيارات الطبيب العام وطبيب الأسنان.
- يتعاون في أثناء الفحوصات المتعلقة بالصحة والنمو.

**b. حالة الصحة البدنية**

- يحافظ على النمو البدني والعافية.
- يظهر الوعي المكاني للجسم فيما يتعلق بالأشياء الثابتة.
- يشارك في الألعاب واللعب في المناطق المفتوحة وأشكال أخرى من النشاط البدني.
- يشارك في الأنشطة البدنية التكيفية، بحسب الحاجة.

**c. التغذية**

- يوضح احتياجاته واهتماماته الغذائية (على سبيل المثال، يطلب الماء عندما يشعر بالعطش، ويتكلم عندما يشعر بالجوع).
- يساعد في الإعداد والتنظيف في وقت الوجبة بما يتناسب مع البيئة، ويتولى المسؤولية عن منطقتيه الخاصة، ويجمع المواد اللازمة للوجبات الخفيفة ووقت الوجبة.
- يخدم الطفل نفسه؛ ويشمل ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، أخذ الطعام من حاوية إلى أخرى، وفتح العبوات وفقًا لذلك، وغرف الطعام من وعاء إلى طبق.
- مع الدعم، يشارك في الأنشطة المتعلقة بالتغذية.

**d. السلامة**

- يتعرف على الأشخاص الذين يحافظون على سلامته في المواقف الخطرة ويذكر أسمائهم.
- يُدرك الغرباء.
- يطور وعيًا بقواعد وممارسات السلامة الأساسية والقدرة على اتباعها.
- يتجنب المواد الكيميائية الخطرة والمواد غير الآمنة.
- يطلب موافقة الكبار قبل الاقتراب من الحيوانات الأليفة غير المعروفة.

**المهارات الحركية وأنماط الحركة**

**a. المهارات الحركية الدقيقة**

- يمسك أدوات الرسم والكتابة والتلوين بالأصابع والإبهام، ويرسم رسومات أكثر وضوحًا (رموز وأشكال تشبه الحروف)، ولكن قد يمسك الأداة بالقرب من أحد الطرفين.
- يطور قوة متزايدة، وخفة الحركة، وتنسيق اليد والعين لاستخدام اليدين والأصابع والممصمين للتعامل مع الأشياء.
- يقطع الورق في خط مستقيم.
- يكمل الألغاز المتشابهة.



- يتطور قدرة على زيادة البراعة في التعامل مع الأدوات.
- يستخدم مهارات متزايدة في مساعدة نفسه مع القليل من الانسكاب في أثناء تناول الوجبات، بما في ذلك الصب واستخدام الملقط.

#### **.b المهارات الحركية الكبرى**

- يتحرك من مكان إلى آخر بشكل مقصود مع التحكم.
- يتحرك مع إدراك المساحة الشخصية في العلاقة مع الآخرين.
- يقفز على قدم واحدة مرة واحدة دون فقدان التوازن أو السقوط.
- يقفز لأسفل من على الدرج وإلى الأمام عشرة بوصات.
- يمشي للأمام والخلف على طول خط أو عارضة باستخدام خطوة عادية.
- يصعد ويهبط من على الدرج، بالتناوب على الأقدام.
- يطور التنسيق الحركي والمهارة في أثناء استخدام الأشياء لمجموعة من الأنشطة البدنية، مثل السحب أو الرمي.
- يجمع بين المهارات الحركية الكبرى واستخدام المعدات.

