زانكۆى سەلاحەددين / كوليژى پەروەردە
مادە/ دەروازەيەك بۆ پەككەوتوى بينين
قۆناغ/ چوارەم

بابەت/

رێگاو شێوازەكانى فێركردنى پەككەوتوانى بينين

مامۆستاى بابەت:
كارۆخ جوهر جلال
Karokh.jalal@su.edu.krd

ناوەرۆك :

–ڕێگه و شێوازەكانى فێركردنى كەم بینا و نابینا

-رۆلي پەروەردەى تايبەت لەگەڵ كەم بين و پەككەوتوى بينين

ڕێگە و شێوازەکانی فێرکردنی کەم بینا و نابینا

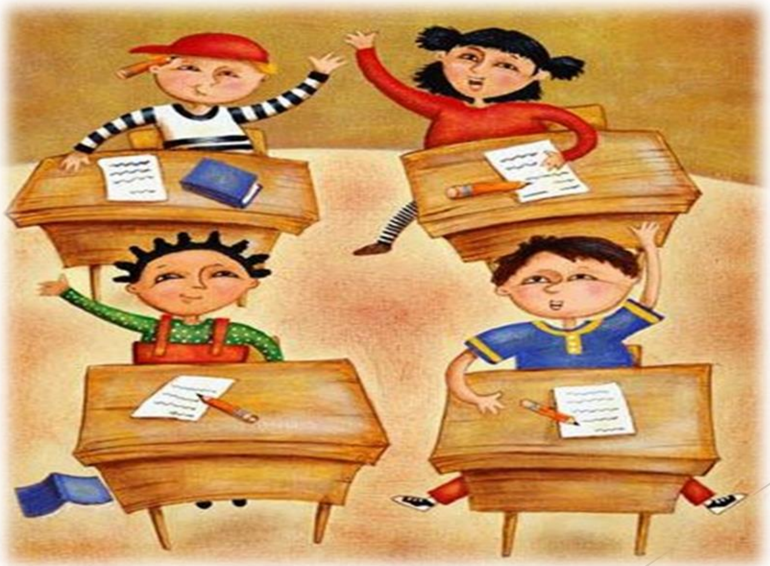
1-دانانی قوتابیانی کەم بینا لە پۆلی تایبەت:

لە قوتابخانە ئاساییەکاندا.ئەمە وا دەکات هەلی تێکەڵبوون بە کەسانی ئاسایيان دەدات و بەشدار بن لە زۆربەی چالاکییەکان و پاراستنیان لەو شلەژانانەی کە دروست دەبێ لە دوورە پەرێزی لە کەسانی ئاساییەوە.

گرنگی بەکارهێنانی هەستەوەرەکان لە پرۆسەی فێربووندا :

2-دانانی کەم بینا لە پۆلە ئاساییەکان لەگەڵ دابین کردنی کەلوپەلی پێویست بۆیان: -

وەکو (کۆمپیوتەر و پرۆگرامی گەورەکرا و هاوێنە و هەڵگری کتێبەکان...هتد)

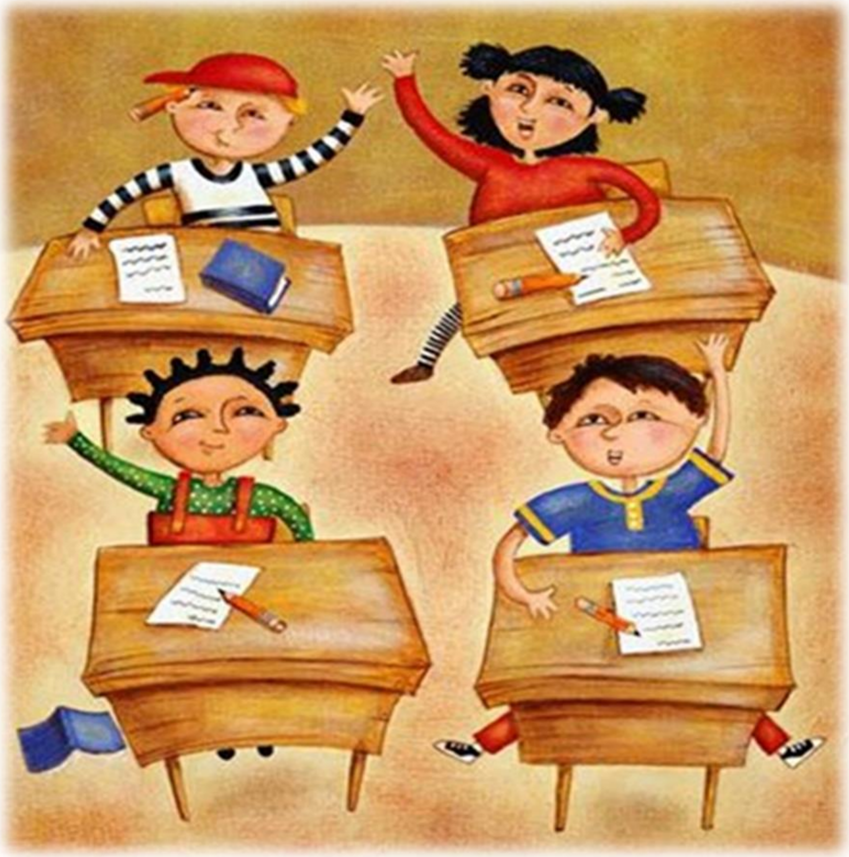


3- دانانی کەم بینا لە پۆلی تایبەتی قوتابخانەی نابیناکان:-

ئەم شێوەیە زیانی زۆری هەیە لەسەر کەم بیناکان لە ڕووی هەست کردنیان بەوەی کە نابینان دةبيت دووربخرينةوة بةهؤي لە دەست دانی هةستي بينين، هەروەها کاردەکاتە سەر هاوسەنگی دەروونی و کۆمەڵایەتی بە پلەیەکی گەورە.

4- دانانی کەم بیناکان لە قوتابخانەی تایبەت بەخۆیان:-

بە جۆرێ باڵەخانەی فێرکاری بۆیان دروست دەکرێ شیاو بێت بۆیان بە دابین کردنی پێداویستیەکانیان هۆکارەکانی فێرکاری هەمەچشن دەستەی وانە بێژان، خراپی ئەم شێوەیە ئەوەیە کەم بیناکان تێکەڵی کەسانی ئاسایی نابن زۆر دوورە پەرێز دەبن هەروەها تێچوویی زۆری دارایی دەوێ لە ڕوویی دابین کردنی باڵەخانە و دانانی کەلوپەلی پێویست، چەند شتێک دەردەکەون لە دەرەنجامی ئەم کاریگەریانە لەسەر کەم بیناکان:



ڕۆڵی پەروەردەی تایبەت لەگەڵ پەککەوتوانی بینین و کەم بین

1- کارامەی خوێندنەوە و نوسین بە ڕێگەی بڕایل:-

نابینا بە ڕێگەی بڕایل دەخوێنێتەوە بە دەست لێدان و دەکرێ کەلوپەلی دیاریکراو بەکاربێنێ لە نووسین وەکو ئامێری چاپ(بیرکنز) هەروەها نابینا پەیوەندی ببەستێ لەگەڵ کەسانی تر لە ڕێی چاپکردن لەسەر ئامێری نوسینی ئاسایی تا قسە بکات لەگەڵ کەسانی ئاسایی بە نووسین لەو کاتانەی کە پێویستە. لە سەرەتادا نابیناکان فێری خوێندنەوە دەکرێن بە ڕێگەی بڕایل بە یارمەتی فێرکردنی دەنگەکانی پیتەکان ئینجا بەراوردکردنی دەنگ بە ئاماژەکانی دەست لێدان و بەدواداچونی هێڵەکانی بڕایل لە چەپ بۆ ڕاست.

2-کارامەی فێربوونی ئامێری نووسینی ئاسایی :-

ئەم ئامێرە لە گرنگترین ئامێرەکانی نوسینە بۆ نابیناکان چونکە توانای کارلێک کردن لە نێوانیان زیاد دەبێ و لە نێوان کەسانی ئاسایی لە ڕێی ئەوەی کەسانی ئاسایی بتوانن کارەکانی نوسینی نابیناکان بخوێننەوە بەڕاستەوخۆیی، ئەو گرفتەی تووشی نابیناکان دەبێ لێرەدا نەبوونی توانایە لەسەر سەیرکردنەوە و ڕاستکردنەوەی ئەوەی کە دەینوسن .لە وڵاتە پێشکەوتوەکان توانراوە بەسەر ئەم گرفتە زاڵ ببن لەڕێی بەکارهێنانی پڕۆگرامی کۆمپیوتەر کە فیدباکی هەیە بە یارمەتی بڕایل یان دەنگ یان هەردووکیان بەیەکەوە.

3- مەشق پێدانی هەستەکانی تري کەم بین و نابینا :-

گرنگترین دوو هەست (بستن و دەست لێدان) گرنگن بۆ بەردەوام بوون لەگەڵ جیهانی دەرەوە و دەوروبەری نابینا.

- لە بواری بیستن دەبێ نابینا مەشقی پێ بکرێ لەسەر جیاکردنەوەی دەنگەکان و کارامەی گوێگرتن.

- بواری دەست لێدان: دەبێ مەشقی پێ بکرێ لەسەر دۆزینەوەی شتەکان لە ڕێگەی دەست لێدان.

سروشتی مەشقی هەستی دەگۆڕێ بە گۆڕانی تەمەن (دەنگی بەرز و نزم) (دەنگی دوور و نزیک) (دەنگی شتەکان) (قۆناغی منداڵی فێردەکرێن).

- لە قۆناغە پێشکەوتووەکان مەشق پێ دەکرێن لەسەر کارامەی گوێگرتن و دۆزینەوەی دەنگەکان و ئاشکرا کردنیان.

- بەڵام لاواز بینەکان ئەوەی کە ماویانە لە بینین بەکاردەهێنرێ لە پرۆسەی فێربوون.

4- مەشق کردن لەسەر گواستنەوە و ئاشنا بوون و بەرەوچوون :-

- ئاشنا بوون ئەوەیە کە کەمئەندامی نابینا هەستی دەست لێدان بەکاربێنێ لە ئاشنابوون بۆ شتەکان کە دێتە پێشی لە ژینگەدا هەروەها لە جیاوازی کردن لە نێوان شتەکان و پەی پێکردنیان.

- بەرەوچوون: بەکارهێنانی هەستەکان بۆ ناسینی (تەنە)کە و پەیوەندی بە شتەکانی تر لە ژینگەدا.

- گواستنەوە: گواستنەوەی شتەکالە شوێنێک بۆ شوێنێکی تر وەکو ڕۆیشتن بە بەکارهێنانی دار بۆ گواستنەوە.

- تاوەکو مەشقی جوڵەیی ئەنجام بدرێ دەبێ هێزی ماسولکەیی هەبێ تا پارێزگاری لە شێوەی جەستە بکات لە کاتی جوڵە.
- بۆ پەرەپێدانی کارامەکانی پەی پێبردنی هەستی جوڵەیی دەبێ تاکە کەس مەشقی پێبکرێ لەسەر چالاکییەکانی ڕۆیشتنی جۆراوجۆر و ڕاکردن و فرێدان و بازدان، هەروەها تاکە کەس دەبێ بە شتەکانی جەستەی خۆی بزانێ و کاری ئەم بەشانە چین بیزانێ.

چەند توخمێک هەیە کە دەبێ کارامەکانی گواستنەوە و ئاشنا بوون بەرە و چوون لەخۆ بگرێ:-

-**نیشانەکانی ڕێگا** : هەموو شتە دیارەکان و زانراون لە ژینگەدا.

-**ئاماژەکان**: ورووژێنەرو هەستی بیستن و دەست لێدانە کە زانیاری پێویست دەدات بۆ دیاریکردنی شوێنی شتەکان و ئاراستەکەی.

-**ڕێکخستنەکانی ناوەوەی باڵەخانەکان**: نیشانە دیارەکانی باڵەخانەکە و خاڵە سەرەکیەکانی.

-**ڕێکخستنە دەرەکیەکان**: بریتییە لە شوێنەکان و شەقامەکان و باڵەخانەکان کە پێیدا گوزەر دەکات.

--ئامێرێک لە ملی نابینا دەکرێ نابینا ئاگادار دەکاتەوە لەسەر ئەو بەربەستانەی دێنە پێشی.

چەند توخمێک هەیە کە دەبێ کارامەکانی گواستنەوە و ئاشنا بوون بەرە و چوون لەخۆ بگرێ:-

-ناسینی چوار ئاراستەکە.

-دەکرێ هەندێ هۆکاری فێرکاری بۆ فێرکردنی منداڵ بە جوڵانەوە بەکاربێت لەوانە:

(سەگی ڕێنوینی- داری سپی- ئامێرە دەنگیەکان)

-داری سپی: کاردەکات بە تیشکی لێزەر تیشکە دەرچووەکان نابینا ئاگادار دەکاتەوە لە بەربەست و بە دەنگی دەرچوو لە بڵند گۆی سەر دارەکە.

-ئامێرێک لە ملی نابینا دەکرێ نابینا ئاگادار دەکاتەوە لەسەر ئەو بەربەستانەی دێنە پێشی.

سوئاس