



التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة بغداد  
التربية البدنية وعلوم الرياضة - بنات  
الدراسات العليا - دكتوراه

# التطور الحركي - مرحلة ما قبل سن

## المدرسة

تقدمت به

طالبة الدكتوراه

جيان احمد محمد

وهو جزء من متطلبات مادة التطور الحركي

بإشراف

أ. د. مواهب حميد الجبوري

2024م

1445هـ

## مفهوم النمو:

يشير مصطلح النمو إلى التغيرات والتطورات كافة التي تحدث للفرد خلال مراحل نموه المختلفة، فالنمو يتعلق بالتغيير في حجم الجسم والتعقد والنسب وسائر التغيرات النزعية التي تطرأ على العضلات والعظام ولون الشعر ولون البشرة وما إليها .

ويشمل النمو التغيرات العضوية والوظيفية كافة التي تتناول الوظائف الحركية والجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية لتساير تطور حياة الفرد ، مما يؤدي إلى الارتقاء ونضوج الكائن البشري ، وتتميز هذه التغيرات بالسرعة في المراحل الأولى من العمر حتى اكتمال البلوغ الذي يتميز ببطء النمو بعد ذلك

كما يشمل النمو التغيرات التكوينية التي تتناول نواحي الطول والشكل والحجم والمحيطات وغيرها من التغيرات التي تتناول المظهر الخارجي العام للكائن الحي التي تؤثر بالتالي على الأعضاء الداخلية المختلفة .

إن هذه التغيرات تعبر عن النمو الإنساني على مر السنوات والتي تحدث نتيجة التفاعلات البايوكيميائية في الجسم كتأثير الغدد الصماء أو عمليات الثبات أو التغيير في السلوك عبر دورة الحياة من المهد إلى اللحد والتي يدرسها علم النفس النمو .



## أهمية دراسة النمو للمربي الرياضي :

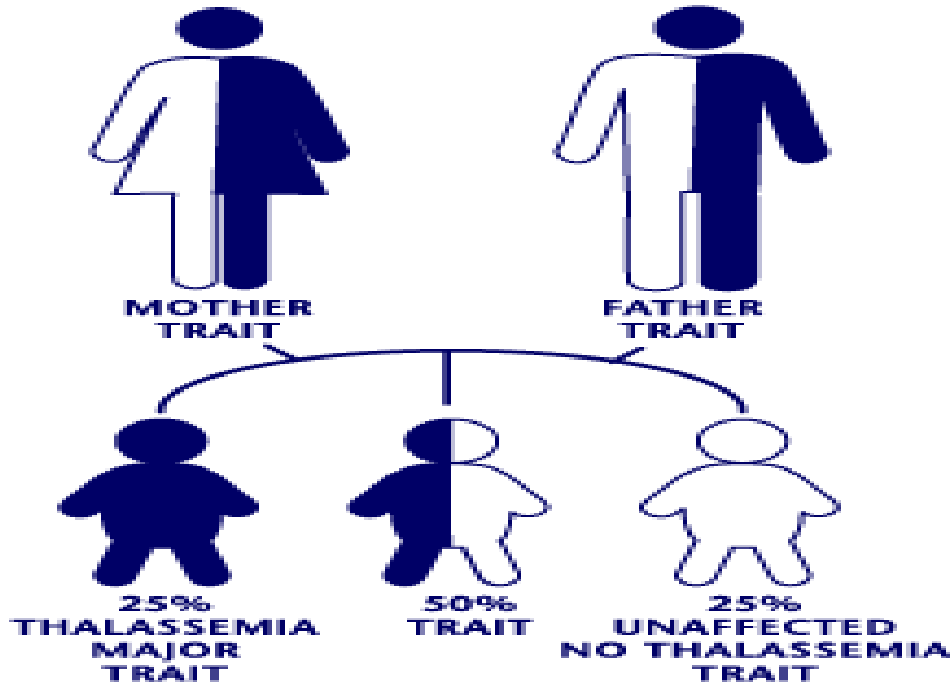
لا شك أن سيكولوجية النمو من الموضوعات الإنسانية التي يجب أن يهتم بدراستها المدرب الرياضي ، إذ أن المعرفة العلمية بالخصائص النفسية للمرحلة البيئية التي يتعامل معها المربي الرياضي تساعده على أداء أفضل وإنتاج متميز ، وذلك للأسباب الآتية :

1. إعداد نواحي الأنشطة الحركية الملائمة والجو التربوي المناسب لكل مرحلة من مراحل النمو ، نظرا لأن كل مرحلة عمرية يميل أصحابها إلى أساليب خاصة في النشاط الحركي تختلف عن غيرها من أساليب المراحل الأخرى ، كما يحتاجون لطرق خاصة سواء في التدريس أو التدريب .
2. مساعدة المربي الرياضي على أن يتوقع سلوك الفرد في مرحلة معينة وعدم مطالبته بمستوى من السلوك يفوق قدرته ، إذ إن معرفة النوع والقدر الكافي من الخبرة التعليمية أو التربوية أو التدريبية أمر بالغ الأهمية لتوجيه الناشئين توجيهها سليما ، لذا يجب أن يعرف المربي مظاهر النمو مما يزيد من فهمه للعمليات العقلية والانفعالية الاجتماعية ومراحل تطورها من الطفولة إلى سن الراشد ومدى العلاقة بين القدرات المختلفة للفرد في كل مرحلة من مراحل النمو .
3. القدرة على حسن الانتقاء أو الاختيار الموجه للناشئين أو المبتدئين للممارسة الرياضية المنتظمة ، وذلك عن طريق انتقاء أفضل العناصر التي تتميز باستعدادات وقدرات معينة تسمح بالتنبؤ بإمكانية الوصول بها للمستويات الرياضية العالية .
4. تؤدي دراسة النمو إلى أنواع مختلفة من البحوث المقارنة بين نمو الفرد الرياضي وغير الرياضي وبين الرياضي الذي يحقق إنجازا عاليا عن زميله غير القادر على ذلك ، مما يعمل على التوصل إلى المتغيرات الأساسية للبيئة الرياضية المثالية فيحقق بذلك أفضل مستوى رياضي ممكن .
5. تساعد دراسة النمو على وضع البرامج الرياضية وتحديد أدوات وأساليب التدريب المناسب لخصائص كل مرحلة سنوية ، الأمر الذي يؤدي إلى توفير البيئة الرياضية المناسبة للنمو السليم ويعمل على تخصيص أفضل المستويات .

## الوراثة والبيئة من العوامل المؤثرة في النمو.

إن الوراثة تعني انتقال صفات معينة من جيل سابق إلى جيل لاحق ، إذ إن حياة الجنين تبدأ بخلية ملقحة تسمى ( الزيجوت ) تنشأ من اتحاد الحيوان المنوي للأب ( الخلية التناسلية الذكرية ) ببويضة الأنثى ( الخلية التناسلية الأنثوية ) وتحتوي هذه الخلية الملقحة على ( 23 ) زوجا من (الكروموسومات) نصفها مأخوذ من الأب والنصف الآخر من الأم ، وهذه (الكروموسومات) لها أهمية قصوى في عملية تكوين الفرد ، إذ تتوقف عليها العوامل الوراثية لأنها تحمل الموروثات ( الجينات ) وهي أكياس كيميائية في منتهى الدقة تعد العوامل الوراثية الفريدة التي تؤثر في الفرد الذي يحملها ، كما أنها سوف تنتقل إلى أجيال مستقبلية من الخلايا .

ويهتم العلماء بدراسة العوامل الوراثية والبيئية على حد سواء ، وذلك لان التكوينات العضوية الموروثة تحدد إمكانية ظهور أنماط معينة من السلوك الرياضي دون غيرها إذا ما توفرت ظروف رياضية معينة ، فالطفل الذي ولد من أبوين يتمتعان بطول القامة وصحة جيدة فان احتمال استعداده لممارسة لعبة الكرة الطائرة وتفوقه فيها يكون كبيراً إذا ما أتاحت له الفرصة الرياضية بخلاف طفل آخر ولد من أبوين لا يتمتعان بهاتين الصفتين .



إن الوراثة تؤثر في السلوك ولكن بصورة غير مباشرة من خلال التكوينات الجسمانية

## النمو عند الاطفال

يغلب على سلوك الطفل في سنواته الاولى الحركة، فيدرك العالم من حوله بحواسه فتتمو مفاهيم الطفل وقدراته الابداعية ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها فيتعود على السلوك المنطقي وحل المشكلات واصدار الاحكام التقويمية.

## نمو المهارات الحركية

تتطور حركة الطفل من حركات عشوائية غير واضحة الى حركات متسقة منتظمة يطلق عليها المهارات الحركية، وتتميز كل مرحلة من مراحل النمو بأن لها متطلبات معينة تتناسب مع مستوى النمو الذي يصل اليه الطفل.

## التطور الحركي

عرف التطور الحركي بأنه ( سلسلة متتابعة متماسكة من التغيرات تهدف الى غاية واحدة وهي اكتمال النضج ومدى استمراره وبدء انحداره).

## مظاهر النمو

- 1- النمو التكويني: نمو الطفل في الشكل والجسم والوزن نتيجة لنمو ابعاد الهندسية.
- 2- النمو الوظيفي: نمو الوظائف الجسمية العقلية والانفعالية وغيرها لتتسع نطاق بيئته

## الطفل مرحلة ما قبل المدرسة



مراحل ومهارات نمو وتطور الطفل تختلف من طفل إلى آخر، لكن يوجد بعض الملامح العامة لكل

مرحلة من عمر الطفل يجب أن نلاحظها ونتأكد من ظهورها على الطفل لمتابعة نمو وتطور الطفل والتوجه للطبيب إذا تم ملاحظة أي اختلافات على الطفل.

### **التطور الحركي للطفل في مرحلة ما قبل سن المدرسة:**

تعد مرحلة ما قبل سن المدرسة مرحلة حيوية ومهمة جداً للتطور الحركي عند الأطفال، فبعد إن تنتهي سنين مرحلة الطفولة بنهاية السنة الثالثة من عمر الطفل تفسح المجال لمرحلة أعلى هي مرحلة ما قبل المدرسة والتي تمتد من 3 إلى 7 سنوات إذ تمثل ازدياد مهارة الطفل في أوجه النشاط الحركي، إذ يشير (وجيه محجوب وآخرون) بأن "مرحلة ما قبل المدرسة هي مرحلة إتقان أشكال الحركات المختلفة وكذلك الحصول على إمكانية الربط الحركي فضلاً عن ذلك فأنها تعد مرحلة البناء الأساسي للتوافق الحركي ويصل التعلم إلى أعلى مستواه في هذه المرحلة

تمتاز حركات الطفل في بداية السنة الثالثة من عمره بالشدة وسرعة الاستجابة والتنوع في كمية الحركات التي يؤديها فبعد إن كانت حركاته في السنتين الأوليتين من عمره تشمل على المشي وتحريك أعضاء الجسم والمسك بالأشياء بصورة عشوائية وغير منتظمة نجد إن هذه الحركات تأخذ صوراً شتى كالجري، والقفز من أعلى إلى أسفل، والقفز لمسافات بعيدة، والتزحلق وصعود ونزول السلم، والسير على أطراف الأصابع، وركوب الدراجة ذات الثلاث عجلات والعجلتين، وإن هذه الحركات تعتمد على العضلات الكبيرة في الجسم .

"ويتطور النمو الحركي تدريجياً خلال مرحلة ما قبل المدرسة فالطفل يستطيع ضبط الكثير من حركاته، وتحديث بعد الخامسة من العمر تطورات أساسية تتمثل بنمو الحركات الدقيقة المتناسقة وتشمل مجموعة من العضلات الصغيرة التي تستعمل في أداء عمل يقوم به الطفل

### **قواعد تنشآت الطفل ما قبل سن المدرسة**

1. الأولى: حصول الطفل على 30 من الانشطة الجسمية المنظمة على مدار اليوم، والذين هم دون سن المدرسة يحصلون على 60.
2. الثانية: مشاركتهم في أنشطة جسمانية غير منظمة لمدة تتراوح 60 الى عدة ساعات ولا يتركوا خاملين الا عند النوم
3. الثالثة: تنمية كفاءتهم في أداء مهارات حركية تعتبر اساس في تنمية الاكثر تعقيدا
4. الرابعة: توفير مساحة داخل المباني فيها معايير الامان المطلوبة لتأدية الانشطة العضلية

## الكبير

5. الخامسة: يلم المسؤول عن رعاية الاطفال بأهمية الانشطة الجسمانية ويساعد في تمتيتها لدى الاطفال من خلال تنمية المهارات الحركية.

### أساليب تربية الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة

يمكن للآباء اتباع بعض الاستراتيجيات الفعّالة في تربية أطفالهم في مرحلة ما قبل المدرسة، ومنها ما يأتي:

- 1- تقدير السلوك الجيّد إنّ شعور الطفل بتقدير سلوكه الجيد سواء بالثناء عليه أو شكره سيعزز من ذلك السلوك ويشجعه على الاستمرار عليه، ومن المهم أن يكون مدح الطفل مدحاً حقيقياً ومحدداً، فبدلاً من أن يُقال للطفل بأنّه أفضل طفل في العالم على سبيل المثال، من الأفضل أن يتمّ شكره والثناء عليه على الفعل الذي قام به تحديداً.
- 2- خلق نظام مكافآت من الطرق التي يمكن أن يتّبعتها الآباء مع أطفالهم في مرحلة ما قبل المدرسة هي خلق نظام مكافآت خاص بهم، فمثلاً إن كان الطفل يعاني من سلوك معيّن، فإنّه يمكن إنشاء مخطط خاص بالطفل لمراقبة سلوكه وفي كل مرة يفعل السلوك الصحيح يوضع له إشارة لاصقة وفي حال حصول الطفل على عدد من معيّن من الإشارات يحصل بدلاً منها على مكافأة أكبر، فيمكن اتباع هذه الطريقة مع الأطفال في هذه المرحلة لتدريبهم تدريجاً على المهارات التي يحتاجونها في حياتهم.
- 3- الصبر في تربية الأطفال في هذه المرحلة تحديداً هو مفتاح أساسي لنجاحها، فكثير من الآباء يعانون من عدم نجاح استراتيجياتهم في تربية أبنائهم، لكن عليهم عد الاستعجال في رؤية النتائج، فالتربية هي كزراعة بذرة، فهي تحتاج لوقتٍ ورعايةٍ لتنمو كشجرة.
- 4- الاستماع للطفل عادة ما يركّز الآباء على سلوك أطفالهم بشكل مبالغ فيه، لكن الحقيقة أنّ سلوك الطفل هي جزء بسيط جداً من شخصية الطفل، فلذلك على الآباء أن يهتموا بالاستماع لأطفالهم وسؤالهم عن الأشياء بدلاً من إخبارهم دوماً بما عليهم فعله، فهذه الطريقة تزدهر الثقة بالنفس لدى الطفل ويكون قادراً على اتخاذ القرارات وسوف نستعرض مهارات نمو وتطور الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة وهي من عمر سنتان وحتى عمر 5 سنوات للطفل من حيث المهارات اللغوية، المهارات الاجتماعية، المهارات المعرفية، المهارات البدنية.

## الطفل في عمر سنتين



### المهارات اللغوية

- ينطق 50 كلمة.
- يستطيع ربط كلمتان معا مثل أريد أشرب.
- يستخدم بعض الصفات مثل سعيد، كبير، صغير.
- يتحدث بوضوح بحيث يفهم الوالدين بعض الكلمات.

### المهارات الاجتماعية

- يصبح واعيا أنه شخصية مستقلة.
- يكون لديه نوع من التحدي والإصرار.
- يهتم باللعب مع الأطفال الآخرين.
- يقل انزعاجه من انفصال الأم عنه قليلا.

### المهارات المعرفية

- يهتم باللعب.
- يستطيع تصنيف الأشياء من حيث الشكل واللون.
- يستطيع أيجاد الأشياء المخفية.

### المهارات البدنية

- يمشي بمفرده.
- يقف على أطراف أصابعه.
- يتسلق على الأثاث ويبدأ محاولة تشغيل الأجهزة كالتلفاز.

- يستطيع بناء برج من 6 قطع من المكعبات أو أكثر.
- يستطيع إفراغ الأشياء من الحاوية.

## الطفل في عمر 3 سنوات



### المهارات اللغوية

- ينطق 250-500 كلمة أو أكثر.
- يتحدث جملة من 3 أو 4 كلمات.
- يستخدم الضمائر مثل أنا، أنت، نحن، هم، والجمع لبعض الكلمات.
- يعرف الاسم الأول له.

### المهارات الاجتماعية

- يقلد الآباء وزملائه في اللعب.
- يُعرب عن الحب والمودة.
- يستطيع الابتعاد عن الآباء دون انزعاج لفترة.

### المهارات المعرفية

- يسأل دائما "لماذا؟".
- يعرف أسماء الألوان المختلفة.
- يستطيع نسخ رسمة دائرة.
- يفهم ما يقوله الآخرين.

### المهارات البدنية

- يصعد وينزل الدرج (السلم) بالتناوب بين القدمين.

- يستطيع التآرجح، التسلق، وإدارة دواسات الدراجة.
- يستطيع بناء برج من 9 قطع من المكعبات أو أكثر.
- يستطيع استخدام الأشياء الصغيرة وتشكيل الألعاب كالصلصال.
- يستطيع قلب صفحات الكتاب.

## الطفل في عمر 4 سنوات



### المهارات اللغوية

- يجيب على أسئلة بسيطة.
- يتحدث جمل كاملة.
- يستخدم حروف الجر مثل فوق، أسفل، في، أمام، خلف،...
- يتحدث بشكل واضح بما يكفي ليفهمه الآخرين.

### المهارات الاجتماعية

- يصبح أكثر استقلالية.
- يتعاون مع زملائه في اللعب.
- يحاول حل المشكلات البسيطة.
- قد يكون له صديق مُفضل.

### المهارات المعرفية

- يبدأ الألعاب المُعقدة والتي تعتمد على الخيال.
- يستطيع كتابة بعض الحروف.

- يستطيع رسم شخص مُكون من 2-4 أجزاء.
- يُدرك بعض المفاهيم كالصباح، المساء.

### المهارات البدنية

- يستطيع الوقوف على قدم واحدة لمدة 5 ثواني على الأقل.
- يستطيع قذف الكرة بيديه، ركل الكرة بقدميه إلى الأمام، والإمساك بالكرة التي يتم قذفها له.
- يستطيع ارتداء وخلع الملابس بمفرده.
- يستطيع استخدام المقص (الخاص بالأطفال)

## الطفل في عمر 5 سنوات



### المهارات اللغوية

- يستخدم جمل مُعقدة ومُركبة.
- يستخدم صيغة المستقبل.
- يعرف أسمه كاملا وعنوان منزله.

### المهارات الاجتماعية

- يريد أن يصبح من أصدقائه.
- يتبع القواعد.

- يفهم الفرق بين الجنسين (ذكر، أنثى)
- يريد أن يفعل الأشياء بمفرده.

### المهارات المعرفية

- يستخدم خياله في خلق القصص.
- يستطيع عد 10 أشياء أو أكثر.
- يستطيع نسخ صورة مثلث وبعض الأشكال الهندسية الأخرى.
- يدرك جيدا مفاهيم الوقت والترتيب التسلسلي.

### المهارات البدنية

- يستطيع الوقوف على قدم واحدة لمدة 10 ثواني على الأقل.
- يستطيع القفز والشقلبة.
- يستطيع تعلم السباحة وركوب الدراجة.
- يستطيع تفريش أسنانه بمفرده، وتلبية احتياجاته الشخصية.

### مفاهيم واعتبارات خاطئة عن الطفولة المبكرة :

المفهوم الأول : يتكامل نمو الدماغ مع الميلاد .

الحقيقية : أن الدماغ هو آخر عضو يكتمل نموه في جسم الكائن البشري ، إذ إن نمو الدماغ يحدث في المراحل المبكرة ، أي في الفترة من الميلاد إلى أن يصل عمر الطفل ثلاث سنوات ، كما أن نسبة (75%) من نمو الدماغ تحدث في السنة السابعة من العمر .

المفهوم الثاني : النمو في الطفولة المبكرة هو فقط امتداد خلفي للتلمذة الرسمية ، أي انه كل شيء في التربية .

الحقيقة : النمو في الطفولة المبكرة يستند إلى مثيرات النمو المعرفي التي تركز على استثارة عملية التعلم القائمة على إمكانيات العقل ، إذ إن النمو في الطفولة المبكرة يهدف إلى إعطاء الطفل أفضل الشروط التي تتمثل في تكامل الصحة والتغذية والمثيرات المعرفية .

المفهوم الثالث : النمو في الطفولة المبكرة مفهوم غريب خاص بالحضارة الغربية ولا ينطبق على سياقات الثقافات الأخرى .

الحقيقة : النمو في الطفولة المبكر مصطلح وجد منذ قرون في أقطار مثل كينيا ودول أمريكا اللاتينية ، إذ إن التدخلات التي تتم في الطفولة المبكرة تختلف من ثقافته إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر ، فالأنموذج الغربي لا ينبغي أن يطبق في البلدان ضعيفة الدخل ، وعلى كل حال فإن الطموحات والأفكار يمكن أن تؤخذ من الخبرات الغربية .

المفهوم الرابع : النمو في الطفولة المبكرة مفهوم روضته مترفة لا يلائم البلدان النامية .

الحقيقة : إن تدخلات النمو في الطفولة المبكرة ليست مكلفة كلفة عالية جدا ، فمخرجات هذه التدخلات لها نتائجها ذات الدلالة على وفيات الأطفال وأمراضهم والاستعداد للمدرسة والتحصيل الدراسي والحالة الغذائية ، فثمة برامج طبقت في البرازيل كانت تكلفتها دولارا للطفل الواحد .

المفهوم الخامس : النمو في الطفولة المبكرة مكلف جدا وليس هناك سبب يدعو إلى جعله قضية في سياسات القطاع العام .

الحقيقة : إن إهمال الأطفال في مستواهم الأول لا يؤدي إلى التقليل من النمو الصحي للأطفال وتقليل فرص الحياة للفرد فقط ، ولكنها تقود إلى عقوبات اقتصادية واجتماعية للمجتمع ككل تتجلى هذه العقوبات في ارتفاع معدل أمراض الأطفال والتسرب المدرسي والأداء المدرسي الضعيف والالتحاق المتأخر بالمدرسة وارتفاع وتيرة الرسوب وتناقص الدخل المستقبلي نتيجة تقييد المرأة في المكوث بالبيت لتربية أبنائها ، فضلا عن ترك الأخوات الكبيرات للمدرسة للاعتناء بأخوتهن الصغيرات ، وعليه فإن النمو في الطفولة المبكرة يعد قوة استثمار مستقبلي .

المفهوم السادس : في البلدان الفقيرة يأتي بقاء الطفل حيا قبل نموه في الطفولة المبكرة .

الحقيقة : إن النمو في الطفولة المبكرة سلاح قوي في الكفاح من أجل الإبقاء على الطفل حيا ، إذ أن التلف المعرفي والصعوبات الناتجة من الفقر وقلة التغذية والإهمال والأمراض ربما تقتل الأطفال ببطء ، لذا نرى أن أطفال المجتمعات الفقيرة بحاجة ماسة إلى الرعاية التي لا تزودهم بالحياة فحسب بل تزودهم بنوعية حياة مناسبة .

المفهوم السابع : إن الطفل يجب أن يبقى في البيت أطول فترة ممكنة ، فالوالدية الحيدة ظاهرة طبيعية لا تعلم .

الحقيقة : إن أفضل نمو للأطفال قد سجل لدى أولئك الذين يتلقون رعاية خارج البيت ، وأولئك هم أطفال  
 لأمهات تلقين تدريبات في التربية الوالدية مقارنة بنظرائهم ، فمشكلات البيوت الفقيرة والهجرة والمرض  
 تقلل من قدرة ومعرفة الآباء التي تساعدهم في توفير بيئة تربية صحية للطفل .



### رياض الأطفال توفر رعاية ونمواً صحياً مبكراً .

المفهوم الثامن : في البلدان الفقيرة ، المدرسة الابتدائية أهم بكثير من تربية الطفل المبكرة .

الحقيقة : إن مقارنة قيمة التربية في المدرسة الابتدائية بقيمة تدخلات النمو في الطفولة المبكرة مهمة  
 صعبة لان البرنامجين في كثير من البلدان متكاملان ، ويواجه كل منهما حاجات مختلفة لان المدرسة  
 تقدم تربية مؤسسية جيدة ، إذ إن النمو في الطفولة المبكرة يزود المدارس بأطفال أصحاء مستعدين  
 للمدرسة لأنهم يتعلمون بسرعة ويكون تحصيلهم الدراسي مرتفعاً .

المفهوم التاسع : ثمة أنموذج واحد هو الأفضل :

الحقيقة : إن النمو الصحي للطفل يمكن أن يتوفر بطرق متنوعة ، فالثقافات المختلفة طورت خبرات  
 مختلفة والتي تعد إن البرنامج الأفضل هو ذاك الناتج عن بنية تحتية محلية ثقافية اقتصادية ، وعلى كل  
 حال ثمة قواعد مهمة لهذا المفهوم هي :

1. احترام الثقافات المحلية
2. النظر إلى نمو الطفل ككل ، ومن زوايا متنوعة .
3. التكامل ما بين نمو الطفل ونمو الأسرة والمجتمع .

## المراجع :

- احمد أمين فوزي ؛ مبادئ علم النفس الرياضي - المفاهيم - التطبيقات ، ط2 : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2006 ) .
- احمد عكاشة ؛ علم النفس الفسيولوجي ، كلية الطب ، ط3 : ( عين شمس ، دار المعارف المصرية ، 1975 ) .
- أسامة كامل راتب ؛ النمو الحركي . مدخل النمو المتكامل للطفل والمراهق : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ) .
- جان بياجيه ؛ التطور العقلي لدى الطفل ، ترجمة : سمير علي ، ط1 : ( بغداد ، دار ثقافة الأطفال ، 1986 ) .
- حامد سليمان حمد ؛ علم النفس الرياضي ، دار العراب ودار نور للنشر والطباعة والترجمة ، دمشق ، 2012 .
- Akcay, H. & R. Yager. Creativity skills and their enchancement in science classrooms, 22<sup>nd</sup> IASTS conference, International Association of science-Technology and Society, convened in Baltimore at (1-3) February, 2007 .
- Baltes, P.B . "Theoretical propositions of life-span developmental psychology :on the dynamics between growth and decline" Development Psychology. B (1987)