

أهمية النشاط الحركي لطفل (الروضة) طفل ما قبل المدرسة

كاتي فاتح¹، زيان نصيرة² & سوايندة مكبوسة إيزري²

¹ جامعة محمد بوقرة بومرداس، مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، جامعة الجزائر 3.

E-mail : f.kati@univ-boumerdes.dz

² معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة محمد بوقرة بومرداس.

- تاريخ الإرسال: 2020-05-10 - تاريخ القبول: 2020-12-13

ملخص

تتميز مرحلة الطفولة المبكرة بالنشاط والحركة وهذا أمر يجب استغلاله، فكلما زاد نشاط الطفل وحركته كلما زادت الفرص لنموه وتعلمه واكتسابه للخبرات الحركية والتربوية والنفسية والاجتماعية، وهذا ما نسعى إليه من خلال هذه الدراسة بتسليط الضوء على أهمية الأنشطة الحركية لطفل ما قبل المدرسة، وإبراز دورها المهم في نموه وتكوينه حيث تكمن أهمية هذه الدراسة في أنها تدرس وسيط مهم في تربية الطفل وهو التربية النفسية الحركية، وقد اخترنا المعالجة النظرية للموضوع منطلقين من التساؤل حول تأثير الأنشطة الحركية على الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة.

- الكلمات المفتاحية: النشاط الحركي، الحركة، الروضة، طفل ما قبل المدرسة.

The importance of motor activity for a preschool child

Abstract

The early childhood stage is characterized by activity and movement and this is something that must be exploited. The more activity and movement of the child, the more opportunities for his growth, learning, and acquisition of motor, educational, psychological and social experiences. This is what we seek through this study by shedding light on the importance of motor activities for a preschooler, and highlighting its important role in his growth and formation, where the importance of this study is that it studies an important mediator in raising the child, which is psychomotor education, and we chose the theoretical treatment of the topic starting from the question about the impact of motor activities on the child in preschool.

Keywords: Motor activity, the movement, kindergarten, preschool child.

مقدمة

تعتبر الطفولة حجر الأساس في بناء وتكوين وإعداد إنسان المستقبل، فالسنوات الأولى من عمر الفرد من أهم مراحل نموه وتكوينه الجسماني والعقلي والنفسي والاجتماعي باعتبارها المرحلة التي تتم فيها تشكيل شخصيته الإنسانية، ولهذا كان من الضروري أن ننظر للطفل نظرة شاملة تأخذ بعين الاعتبار حاجات الطفل المختلفة (فهيم، 2005).

لذا فإن التربية الحديثة أولت العناية بالطفولة وأنشطتها وبرامجها المقدمة للطفل في الروضة حيث أكدت على احترام خصوصيات هذه المرحلة التي يكثر فيها النشاط الحركي واللعب لدى الطفل بل ودعت لاستغلاله كوسيط تربوي في تكوين وإعداد الطفل وهذا لما له من فوائد على نمو شخصية الطفل بكل جوانبها.

فمنذ القديم والمربين من أمثال فروبل وماريا مونتسوري وجون جاك رسو يؤكدون على ضرورة اللعب والحركة للطفل لتحقيق النمو المتكامل له، كما أكد الكثير من المربين المسلمين أمثال ابن سينا على ذلك في قوله: (وإذا انتبه الصبي من نومه فالأحرى أن يستحم ثم يخلّي بينه وبين

اللعب ساعة تم يطعم شيئاً يسيراً تم يطلق له اللعب وقتاً أطول تم يستحم ويتغذى) (أحمد خطاب وعبد الكريم حمزة، 2008).

وسعيًا منا لدراسة أهمية النشاط الحركي وإبراز أثره على الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة نطرح التساؤل التالي: ما هو أثر ممارسة النشاط الحركي على طفل ما قبل المدرسة؟ وللإجابة عن ذلك يحاول الباحث من خلال هذا المقال توضيح الأبعاد التي يقوم عليها الأنشطة الحركية وإبراز أهميتها في إعداد الطفل بدنياً ونفسياً وعقلياً واجتماعياً إذ يتناول البحث الحالي عرض وتحليل ما توصلت له الدراسات والبحوث في هذا الصدد بغرض الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ما هي التربية الحركية وما هي المبادئ الأساسية التي تقوم عليها؟
- ما هي برامج التربية الحركية وما أهدافها في مرحلة الطفولة المبكرة (3-6) سنوات؟
- ما هي أهداف التربية الحركية في مرحلة ما قبل المدرسة؟
- ما هي فوائد النشاط البدني (الحركي) للأطفال؟
- ما هي العوامل الأساسية التي تسهم في إنجاح منهاج التربية الحركية؟

- الدراسات السابقة (الخلفية النظرية للبحث)

- الدراسات التي تناولت اللعب والنشاط الحركي لطفل الروضة (طفل ما قبل المدرسة).
- ❖ دراسة الباحثة الملا شهد (2003/2004) أطروحة دكتوراه دولة، الجزائر.
- بعنوان: برنامج مقترح في التربية الحركية لتطوير القابلية الذهنية والإدراك الحسي الحركي عند أطفال بأعمار 4 - 5 سنوات.
- الفرضية الأساسية: إن لبرنامج التربية الحركية تأثيراً إيجابياً على تنمية القابلية الذهنية والإدراك الحسي الحركي للأطفال بعمر 4 - 5 سنوات.
- الفرضيات الثانوية:
- 1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين البنين والبنات في نتائج اختبارات القابلية الذهنية والإدراك الحسي الحركي.
 - 2- يمكن تطبيق البرنامج المقترح من قبل معلمة الروضة دون الحاجة إلى الاختصاص الدقيق في التربية البدنية.

- مجالات البحث:

- **العينة:** اعتمدت الباحثة في اختيار العينة الأسلوب العشوائي الطبقي حيث بلغ حجم العينة الكلي 135 طفل وطفلة موزعين على ثلاث مدارس مختلفة تضم كل مدرسة 45 طفل وطفلة مقسمين بدورهم إلى ثلاثة مجموعات كالتالي:

- المجموعة التجريبية الأولى : وتضم 45 طفل وطفلة.

- المجموعة التجريبية الثانية : وتضم 45 طفل وطفلة.

- المجموعة التجريبية الثالثة : وتضم 45 طفل وطفلة.

- **النتائج:** أوضحت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الأطفال لصالح المجموعة التي مارست النشاط الحركي أما المجموعة التي لم تشارك في النشاط الحركي فقد أظهرت ضعفا في القدرات بالمقارنة بالمجموعة التجريبية.

وقد أوصت الباحثة بضرورة إشباع حاجات الأطفال الحركية خلال مرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، وضرورة إدخال مادة التربية الحركية ضمن المنهاج المدرسي لتلك المرحلتين السابقتين لغرض اكتشاف مشكلات الأطفال الجسمية ضعف السمع، البصر..).

❖ دراسة الباحث: بومسجد عبد القادر 2005: أطروحة دكتوراه الجزائر.

بعنوان: تعزيز نمو القدرات الإدراكية الحركية باستخدام برنامج مقترح لنشاط التربية النفسية الحركية بحث مسحي تجريبي على أطفال التعليم التحضيري (4-6) سنوات.

- فروض البحث :

- إن واقع تعليم نشاط حصص التربية النفسية الحركية لأطفال التعليم التحضيري على مستوى المدارس الابتدائية وفق البرنامج المقرر لا يساعد على تعزيز القدرات الإدراكية الحركية عند هذه الفئة.

- إن البرنامج المقترح لنشاط التربية البدنية النفسية الحركية يساعد على تحقيق تعزيز نمو القدرات الإدراكية الحركية لدى طفل التعليم التحضيري.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تحقيق نمو القدرات الإدراكية الحركية قيد الدراسة بين نتائج العينة الضابطة والعينة التجريبية الأطفال الذين سيطبق عليهم المقترح لصالح هذه الأخيرة في القياس البعدي.

- **عينة البحث:** اختار الباحث عينة البحث بطريقة مقصودة موزعة على كل من مدينة : غليزان، الحمديّة، وهران سيدي بلعباس، مستغانم وكانت مقسمة إلى مجموعتين: المجموعة الأولى: ضمت رؤساء المقاطعات المفتشين ومدراء المدارس الابتدائية التي تنتمي لها الأقسام التحضيرية بالإضافة إلى المربين المعلمين الذين يشرفون على عملية التعليم التحضيري وكان العدد الإجمالي للمجموعة موزع كالتالي: 16 مفتش، 21 مدير، 44 معلم. المجموعة الثانية: ضمت فصلين من أطفال التعليم التحضيري بمدرسة عبد الرحمن الديسي، بمستغانم يحوي كل منها: 37 طفل وطفلة، وقد تم تقسيم الفصلين إلى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية.

- **النتائج:** خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

وجود صعوبات وعراقيل حمة أعاقت من السير الحسن لنشاط التربية النفسية الحركية وفق البرنامج المقرر.

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ما بين القياسين القبلي والبعدي في متغيرات البحث في المجموعة الضابطة (التي كانت تخضع لتنفيذ مفردات البرنامج المقرر لنشاط التربية النفسية الحركية) في اغلب المتغيرات عدا التي لوحظ بها تقدم طفيف تمثلت في القدرات التي تقيسها الاختبارات التالية: المشي الأمامي على اللوح، الوثب، تقليد الحركة، رسم الخط الأفقي والخط الرأسي. وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في متغيرات البحث بالنسبة للعينة التجريبية فيما بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

❖ نبراس يونس محمد آل مراد، 2014: أطروحة دكتوراه جامعة الموصل.

بعنوان: أثر استخدام برنامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر 5-6 سنوات.

تهدف الدراسة إلى الكشف عن أثر برامج الألعاب الاجتماعية و(الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية) في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر 5-6 سنوات بشكل عام. وقد اعتمدت على المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث وشملت عينة البحث 60 طفل وطفلة من أطفال روضة النسور ثم اختارهم بصورة عمدية ممن تتراوح أعمارهم بين 5-6 سنوات بلغ عدد الذكور 36 والإناث 24 من المجموع الكلي قسمت العينة إلى ثلاث مجموعات متساوية

بالعدد من حيث ذكور وإناث وتم تطبيق ثلاث برامج مقترحة خاصة بالألعاب الحركية، والألعاب الاجتماعية، والألعاب الحركية الاجتماعية استغرقت فترة التطبيق 8 أسابيع بواقع 40 وحدة تعليمية لكل مجموعة باستخدام الوسائل الإحصائية الملائمة ومن الأدوات التي استخدمها الباحث تصميم أداة لقياس التفاعل الاجتماعي لأطفال الرياض والاختبار القبلي والبعدي.

- **عينة البحث:** شملت العينة 60 طفل وطفلة من أطفال روضة النسور ثم اختياريهم بطريقة عمدية ممن تتراوح أعمارهم بين 5-6 سنوات قسمت العينة إلى ثلاث مجموعات متساوية بالعدد من حيث الذكور والإناث.

- **أدوات الدراسة:** مقياس التفاعل الاجتماعي من إعداد الباحث الألعاب الحركية + الألعاب الاجتماعية + الألعاب الحركية والاجتماعية والبرنامج التعليمي.

- **وكانت نتائج الدراسة كالآتي:**

- أسهمت البرامج في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال بشكل عام ولدى الذكور والإناث بشكل خاص.

- وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الاختبار القبلي والبعدي وذلك لمصلحة الاختبار البعدي في تنمية التفاعل الاجتماعي لكل من برامج الألعاب الحركية ولألعاب الاجتماعية والبرنامج التعليمي.

- وجود فروق دالة بين الاختبار القبلي والبعدي وذلك لمصلحة الاختبار البعدي في تنمية التفاعل الاجتماعي لكل من برامج الألعاب الحركية ولألعاب الاجتماعية والألعاب الحركية والاجتماعية.

❖ دراسة الباحث : نقاز محمد (2006/2005)، رسالة ماجستير الجزائر.

بعنوان: أثر الأنشطة البدنية والرياضية في تكوين شخصية الطفل في المرحلة التحضيرية.

- **الفرضية العامة:** يساهم النشاط البدني الرياضي في تكوين شخصية الطفل في المرحلة التحضيرية (4 - 6) سنوات .

- **الفرضيات الجزئية:**

1. النشاط البدني الرياضي أثر في تطوير الصفات النفس-حركية في الطفولة المبكرة.
2. مداومة ممارسة النشاط البدني الرياضي ينتج الوظائف المعرفية.
3. ممارسة النشاط البدني أثر في اندماج الطفل اجتماعيا.

- العينة: اعتمد العينة العشوائية الطبقية وبلغ حجمها 40 طفل وطفلة.

- النتائج: أثرت التربية البدنية والرياضية في تكوين شخصية الطفل في المرحلة التحضيرية من خلال الفروق الدالة إحصائيا لصالح المجموعة التجريبية التي اعتادت ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بانتظام مقارنة بالعينة الضابطة.

❖ دراسة: السيد خالد عبد الرزاق مجلة الطفولة والتنمية المجلس العربي للطفولة والتنمية العدد 3 القاهرة 2001.

بعنوان: فاعلية استخدام أنواع مختلفة من اللعب في تعديل اضطرابات السلوك لدى طفل الروضة. تطرقت هذه الدراسة لبحث مدى فاعلية أنواع مختلفة من الألعاب مثل اللعب الحر التعاوني والتنافسي في تعديل الاضطرابات السلوكية لدى طفل الروضة واتبع الباحث المنهج التجريبي في دراسته فاختار عينة مكونة من 30 طفل من أطفال الروضة من الذكور 17 و 13 من الإناث مابين 5 - 6 سنوات وطبقت الدراسة في روضة الفاروق القاهرة، حيث قسم العينة إلى ثلاث مجموعات متساوية بصورة عشوائية تمارس كل مجموعة نوع من أنواع اللعب وهي اللعب الحر، اللعب التعاوني، اللعب الفردي واللعب التنافسي. وذلك للتحقق من مدى فاعلية استخدام هذه الأنواع من الألعاب في تعديل سلوك الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة وكان من أبرز النتائج مايلي:

- 1) تحقق الفرض الأول والذي نص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس والبعدي لدرجات الأطفال بعد استخدام اللعب الحر لصالح القياس البعدي.
- 2) تحقق الفرض الثاني والذي نص على فاعلية اللعب الجماعي التعاوني في تعديل اضطرابات السلوك لدى طفل الروضة.
- 3) تحقق أيضا الفرض الثالث للدراسة والذي نص على فاعلية اللعب الفردي التنافسي في تعديل اضطرابات السلوك لدى طفل الروضة.
- 4) كما أوضحت الدراسة أن اللعب الحر هو أكثر أنواع اللعب فاعلية في تعديل السلوك لدى طفل الروضة.

❖ دراسة رحاب فتحى عبد السلام السيد، 2005: رسالة ماجستير جامعة الزقازيق مصر. بعنوان: فاعلية برنامج للأنشطة النفس حركية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للأطفال الروضة.

هدفت دراستها لإعداد بعض الألعاب الحركية والأنشطة التي تعمل على تنمية مهارة التعاون والحب والاحترام عند طفل الروضة أجريت الدراسة على عينة مكونة من 40 طفل وطفلة من أطفال روضة عمر الفاروق التجريبية للغات بمدينة الزقازيق، مقسمة إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية والتي تم تطبيق البرنامج التدريبي عليها، والأخرى ضابطة والتي لم تتعرض للبرنامج التدريبي. وقد تمت المجانسة بين المجموعتين من حيث:

العمر - الذكاء - المستوى الاجتماعي والاقتصادي والثقافي - ومستوى المهارات الاجتماعية حيث قامت الباحثة بإعداد الباحثة بإعداد استبيان وتوزيعه على 15 معلمة من معلمات رياض الأطفال من مدارس مختلفة، لتحديد أهم المهارات الاجتماعية المناسبة للطفل من 4 - 6 سنوات ومن ثم اختيار أهم هذه المهارات والعمل على تنميتها.

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي في سبيل التعرف على فاعلية برنامج للأنشطة النفس حركية كمتغير مستقل في تنمية المهارات الاجتماعية لأطفال الروضة كمتغير تابع وفي سبيل ذلك تم استخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة. أما الأساليب الإحصائية فتم استخدام الانحراف المعياري - المتوسط الحسابي - معامل الارتباط، وقد أسفرت نتائج الدراسة على:

- 1: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للمهارات الاجتماعية لصالح القياس البعدي.
- 2: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي للمهارات الاجتماعية.
- 3: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى المهارات الاجتماعية بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية.
- 4: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي في المهارات الاجتماعية.

❖ دراسة رزان سامي عويص (2003/2002) جامعة دمشق.

بعنوان: فاعلية اللعب في اكتساب أطفال الروضة مجموعة من المهارات الرياضية مجلة جامعة دمشق ، المجلد 12، العدد الأول.

هدفت دراستها إلى اختبار اللعب بوصفه طريقة تعليمية من اجل إكساب أطفال الروضة مجموعة من المفهومات الرياضية ومن اجل تحقيق هذا الهدف تم تجريب هذه الطريقة على مجموعة من أطفال الروضة الذين تتراوح أعمارهم بين 5 - 6 سنوات إذ بلغت عينة البحث 128 طفلاً وطفلة في رياض مدينة دمشق وتم الاعتماد على ستيودنت لحساب الفروق بين المتوسطات وكانت تساؤلات الدراسة نما يلي:

ما فاعلية اللعب في اكتساب الأطفال مجموعة من المهارات الرياضية؟

هل هناك فروق بين الذكور والإناث في اكتسابهم المهارات الرياضية باللعبة؟

ما المقترحات والتوصيات التي يوصي بها نتيجة التعلم؟

حيث قامت الباحثة بإعداد دليل المعلمة لتعليم المهارات الرياضية بطريقة اللعب وتطبيق الاختبار القبلي البعدي بعد القيام بالدراسة الاستطلاعية التحقق من ثبات وصدق الاختبار إذ اعتمدت الباحثة على المنهج الشبه تجريبي وطبق البحث في مدينة دمشق في آذار نيسان 2003، حيث تم التوصل إلى النتائج التالية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعة الشبه التجريبية والمجموعة الضابطة في المفهومات الرياضية في التطبيق البعدي للاختبار وذلك لصالح المجموعة الشبه التجريبية

- لا فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات إناث المجموعة الشبه التجريبية وذكور المجموعة نفسها في المفهومات الرياضية في التطبيق البعدي.

- تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج باقي الدراسات الأخرى في أهمية اللعب ودوره في اكتساب الأطفال العديد من المهارات والخبرات المختلفة.

1. تحديد المفاهيم والمصطلحات

1.1. مفهوم النشاط الحركي

- **النشاط:** هو مظهر حيوية الطفل ويعبر عن ميوله وحاجاته ودوافعه الفطرية ويتخذ هذا الميل لاكتساب الخبرات والمهارات والاتجاهات المرغوبة فيهل من وجهة نظر المجتمع ويمثل النشاط جزءاً

عند تعليم الطفل إذ يؤثر على شخصيته فمن خلال النشاط تتحقق الحرية والايجابية والترويج وعلى الكبار توجيه هذا النشاط توجيهها سليما (كريم، 2003).

2.1. الأنشطة الحركية: هي أحد الأنشطة المكونة لمنهج النشاط في الروضة لتحقيق الخبرة التعليمية المتكاملة التي تنمي لدى الطفل مفاهيمه ومداركه ومهاراته حركيا ومعرفيا ووجدانيا (كريم، 2003).

3.1. الحركة: هي النشاط والطريقة الأساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم عن الذات بوجه عام، فهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كان داخليا أو خارجيا وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في أشكالها وأساليب أدائها (شاهدي، 2015). ويعرف الباحث **النشاط الحركي إجرائيا** بأنه مجموعة الألعاب والتمارين البدنية التي تقدم للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة بهدف تنمية قدراته ومهاراته المختلفة، فالحركة هي وجه التربية والتعلم الهادفين للطفل في شتى المجالات سواء العقلية، والبدنية، والانفعالية والحركية.

4.1. مفهوم رياض الأطفال: عرفها جود (Good) مؤسسة تعليمية أو جزء من النظام المدرسي مخصص لتعليم الأطفال الصغار من 4 - 6 سنوات وهي تتميز بأنشطة اللعب المنظم الذي يتيح الفرص للتعبير الذاتي والتدريب على كيفية العمل والحياة معا في بيئة وأدوات ومناهج وبرامج بعناية لتزيد نمو كل طفل (عبدالرؤوف، 2008).

- **التعريف الإجرائي لرياض الأطفال:** مؤسسات تربية تعليمية نالت ترخيصا من وزارة التربية والتعليم العالي الجزائرية وفق مواصفات لتستقبل الأطفال الذين يتراوح سنهم ما بين الثالثة والسادسة من العمر وهي أول مجتمع مصغر بعد الأسرة والتي يتم فيها التعليم الهادف والرعاية الشاملة والمتكاملة، من خلال مجموعة من البرامج والتي تهدف إلى بناء شخصية الطفل وتضمن له النمو المتكامل والمتوازن جسميا وعقليا ونفسيا واجتماعيا.

5.1. تعريف طفل ما قبل سن المدرسة إجرائيا: هو الطفل الملتحق برياض الأطفال والذي يتراوح عمره من 3 إلى 5 سنوات، وتطلق مرحلة ما قبل سن المدرسة على السنوات الست الأولى من عمر الطفل وهذا لا يعني هذا أن الطفل لا يحق له الالتحاق بأي مؤسسة تربية تعليمية قبل

ذلك السن، وإنما يعني أن هذه المؤسسات يطلق عليها أسماء أخرى غير كلمة المدرسة مثلاً دور الحضانة، أو رياض الأطفال أو مراكز الرعاية النهارية حتى يحق له الالتحاق بالمدرسة الابتدائية.

2. ماهية التربية الحركية

يعرف اتحاد التربية البدنية والرياضية والترويح والإيقاع الحركي Aahper التربية الحركية على أنها تلك الظروف الخصبية التي تتيحها التربية البدنية لإكساب الأطفال النواحي المعرفية والوجدانية واللياقة البدنية والحركية والصحية عن طريق الحركة. ويعرفها جالهيو (1996) أنها تربية تتم عن طريق الحركة البدنية فهي تعرف الطفل ما يتصل بنفسه وجسمه زمن خلالها ينمي لياقته مفاهيمه وقيمه على جميع المستويات العقلية والبدنية والانفعالية والحركية وهو مفهوم أقرب ما يكون للتربية البدنية (إبراهيم الجرواني ومحمدالصاوي، 2013). التربية الحركية في رأي منتسوري عملية معقدة جدا إذ أنها تتطلب التنسيق بين كل عضلات الجسم ولهذا فلا يجب أن يكون هناك إصرار على تعقيد حركة الطفل بل يسمح له بالحرية في التنقل وأداء الأعمال مع توجيه المعلمة وهذه الحرية هي أساس النظام والهدوء في بيوت الأطفال (مرسي أحمد وحسين كوجك، 1991). ويعرف راتب والخولي (1998) التربية الحركية على أنها نظام تربوي مبني بشكل أساسي على الإمكانيات النفس حركية الطبيعية المتاحة للطفل (انشرح إبراهيم المشرفي).

- التعريف الإجرائي للتربية الحركية: يعرف الباحث التربية الحركية على أنها نظام تربوي يقوم على الأنشطة البدنية (الحركية) وهو مفهوم أقرب ما يكون للتربية البدنية أو هي التعبير عن تعلم الحركة والتعلم من خلال الحركة، بحيث يكتسب من خلالها الطفل النواحي العقلية والنفسية والحركية والاجتماعية والوجدانية.

3. المهارات الحركية الأساسية لطفل ما قبل المدرسة

يمكن تصنيف المهارات الحركية الأساسية إلى ثلاث فئات رئيسية تمثل وجهة نظر كل من دافيد جالهيو (1982) والخولي وراتب (1982) وفريدة عثمان (1984) وأسامة كامل راتب (1999). وفيما يلي عرض لتصنيفات المهارات الحركية الأساسية حسب وجهات النظر السابقة:

- أولاً: المهارات الانتقالية.

وهي تلك المهارات التي تؤدي إلى انتقال الجسم من مكان لآخر عن طريق تعديل موقعه بالنسبة

لنقطة محددة على سطح الأرض وتشمل المشي، الجري، الوثب الطويل والعمودي، الحجل والتسلق.

- ثانيا: مهارات المعالجة والتناول.

وهي تلك المهارات التي تتطلب معالجة الأشياء أو تناولها بالأطراف كاليد والرجل أو استخدام أجزاء أخرى من الجسم وتتضمن هذه المهارات علاقة بين الطفل والأداة التي يستخدمها وتميز بإعطاء قوة لهذه الأداة أو استقبال قوة منها وتجمع مهارات المعالجة والتناول بين حركتين أو أكثر ومن خلال هذه المهارات يتمكن الطفل من اكتشاف حركة الأداة في الفضاء من حيث تقدير كتلة الشيء المتحرك والمسافة التي بتحركها وسرعة واتجاه الأداة وتشمل مهارات كالرمي، والاستلام اللقف، والركل، ودحرجة الكرة، والالتقاط... الخ.

- ثالثا: مهارات الاتزان الثابت والحركي

وهي تلك المهارات التي يتحرك فيها الجسم حول محوره الرئيسي أو الأفقي وتتضمن هذه المهارات:

أ. الاتزان الثابت: ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة.

ب. الاتزان الحركي: ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن أثناء أداء حركي معين وتشمل مهارات تبات واتزان الجسم مثل الثني والمد واللف والدوران والدحرجة والاتزان على قدم واحدة والمشي على عارضة التوازن (إبراهيم الجرواني ومحمدالصاوي، 2013).

4. المبادئ الأساسية للتربية النفسية الحركية

من أجل تحقيق الأهداف المرجوة من التربية النفسية الحركية، فإن هذا النشاط يعتمد مبادئ أساسية تتمثل في:

- مراعاة احتياجاته الحركية الأساسية وإعطائه فرصة الابتكار والتعلم الذاتي.
- احترام إمكانيات الطفل الحركية وتفادي قيامه بحركات تفوق قدراته الجسمية.
- توفير جو يضمن السلامة والاطمئنان للطفل أثناء مزاولته للأنشطة الحركية.
- اعتماد عنصر التكرار في أداء الحركات الأساسية.

- ارتباط التربية النفسية الحركية ببقية الأنشطة في التعليم الأساسي وتمثل محاور التربية النفسية الحركية بثلاثة جوانب : التحرك المكاني (Locomation)، التحكم والسيطرة (Manipulation)، الثبات والاتزان (Stability).
- تخصيص 30 دقيقة يوميا لمزاوتها في أوقات مختلفة من اليوم صباحا أو مساء (شعبان حسن، ب.ت.).

5. المهام الأساسية للتربية البدنية (التربية الحركية) لأطفال ما قبل المدرسة

- **أولاً: المهام الصحية:** من خلال تنمية المهارات العضلية العصبية ما يجعل الطفل يتخلص من الحركات الزائدة، والتنمية العضوية حيث يعمل النشاط البدني علي تنمية أجهزة الجسم مثل الجهاز الهضمي الجهاز الدوري. الجهاز التنفسي... الخ، بالإضافة إلى تنمية الإدراك الحسي الحركي للطفل مثلا التوافق بين العينة واليد والرجل.
- **ثانياً: المهام الثقافية:** حيث يتعلم الطفل كثيرا من الصفات الثقافية يزداد إدراكه ويكون خبرات حركية يستطيع أن يعرف الأداء الصحيح وبذلك يكون قادرا علي إعطاء القرار المناسب.
- **ثالثاً: المهام التربوية:** حيث يتعلم الطفل الكثير من المبادئ السليمة والأخلاق الحسنة والروح الرياضية والتعاون وحب الجماعة واحترام الغير. بالإضافة لتطور السلوك النفسي لدي الطفل فيتطور عنده الإدراك الاهتمام بالأشياء المحيطة به التصور، التفكير، الكلام، الذكاء، الملاحظة، الاستنتاج (خلفاوي وآخرون، 2012).

6. برامج التربية الحركية في الروضة

- برامج التربية الحسية الحركية هي برامج مناهج رياض الأطفال التي توافق احتياجات الطفل في هذه المرحلة العمرية مستعينة بالأداء الحركي المتنوع، والتي تجعل الحركة محور أساسي في حياة الطفل وأداة هامة له في عملية التعليم والتعلم. فمن خلال نتائج البحث العلمي تشير التوصيات إلى وجوب بناء برامج تعتمد على الأنماط الحركية، فالوجبات الحركية يجب أن تتلاءم من حيث المحتوى والتتابع مع مستوى النمو البدني والحركي والعقلي والاجتماعي للطفل. وفيما يلي اعتبارات أساسية يجب وضعها عند بناء البرنامج ومن هذه الاعتبارات ما يلي:

- ✓ يجب إتاحة الفرصة لإدارة الجسم والتحكم فيه من خلال الأنشطة التي تتم على الأرض وفي الهواء وحتى الأجهزة.
- ✓ يجب أن يتضمن برنامج التربية الحركية أنشطة عارضة التوازن، الأدوات الخاصة.
- ✓ يجب أن يسمح البرنامج بممارسة أنشطة التوافق بين العين واليد/العين والقدم مع تكرار الأنشطة بطريقة متتالية سواء بكرات أو حلقات أو أطراف صغيرة.
- ✓ يجب الاهتمام بالتوجيه المكاني من خلال تنوع اتجاهات الأداء. الأسفل، الأعلى، حول الأطراف.
- ✓ يجب تشكيل الأداء المختلف وذلك بعمل التبادلات المناسبة بين متغيرات وعناصر الحركة الإدراك الفراغي، الوعي بالجسم، نوعية الحركات وعلاقتها.
- ✓ يجب أن يسمح البرنامج بممارسة أنشطة التوافق العام وهذا يتطلب من المعلم مقدرة على التخيل وتفهم قدرات مراحل نمو الطفل (بن مصيرة، 2009).

7. أهداف برامج الأنشطة الحركية في مرحلة الطفولة المبكرة (3 - 6) سنوات

- تطوير أنماط الحركات الأساسية لدى الأطفال بما يخدم تطورهم الحركي و العقلي والاجتماعي.
- جعل الأطفال يتعرفون على كيفية استجابة أجسامهم للنشاط البدني المعتدل والمرتفع الشدة من خلال ارتفاع ضربات القلب وزيادة معدل التنفس وزيادة معدل التعرق... الخ.
- تعليمهم مبادئ السلامة والأمان أثناء ممارسة النشاط الحركي.
- تعويدهم على إتباع التعليمات والقوانين المتعلقة بالنشاط الحركي.
- زيادة حصيلة الطفل المعرفية من مفاهيم ومفردات حركية ومساعدته على تطوير اتجاهات إيجابية تعينه على إتباع نمط حياتي نشط وصحي (بن محمد الهزاع، 2003).

8. أهداف التربية الحركية في رياض الأطفال

- لأخذ بيد الطفل حتى يكون على إدراك تام وصحيح بجسده بكل شموله والتعرف على بناء الجسم.
- إكساب الطفل الرشاقة، التحكم والسيطرة على العضلات، التناسق الحركي، تنظيم الإدراك.
- مساعدتهم على التكيف مع بيئتهم التي يعيشون بالقدر الذي يسمح به سنهم لإشباع حاجاتهم.

- إثارة وعي الطفل بإمكاناته الحواس وتهيئة الفرص للكشف عن الخواص الحسية للأشياء.
- تمييزه اختلاف أشكال الأجسام وأوزانها وحركاتها.
- كما تهدف تمارين التربية الحركية العامة لجسم الطفل إلى رفع قدراته وبناء عناصر صفاته البدنية الأساسية وتشمل القوة، السرعة، المرونة، التحمل، والرشاقة. وكذلك الصفات الأخرى الثانوية كالتوازن والإيقاع والانسجام والوزن الحركي والانسحابية، وتحسين العمل الوظيفي لأجهزة الجسم بما فيها تمارين تقوية جهاز الدوران والجهاز التنفسي، وبناء الجسم مورفولوجي وتشريحيًا. كما تهدف لتنمية وتطوير الكثير من الجوانب النفسية الحركية كالنطق والتفكير (بن مصيرة، 2009). وتضيف الدكتورة مرسلينا شعبان حسن أهدافًا أخرى للتربية النفسية الحركية لأطفال الروضة وتمثل في:
- تمكن الطفل من بناء جسمه في شموليته مع تفادي التشوهات الجسمية، وإكسابه عناصر اللياقة البدنية واللياقة الصحية .
 - تساعد الطفل على معرفة ما يحيط به من أشخاص وأشياء وربط علاقات ودية بينه وبين الآخرين من خلال تنمية وتطوير الإدراك الحسي والحركي.
 - الوعي المكاني من خلال معرفة الطفل لأجزاء جسمه وعلاقتها بالحركات المختلفة.
 - الوعي المكاني معرفة الطفل بحجم الفراغ وعلاقته بالأشياء الخارجية.
 - تمكن الطفل من اكتساب الوعي الاتجاهي بالجهات الأربع يمين /يسار، أمام/خلف، بما يساعد الطفل على معرفة مفهوم الاتجاه وتوجيه جسمه والأشياء داخل المكان، مما ينمي لدى الطفل مهارات جسدية تسمح بالحركة المترنة.
 - تساعد الطفل على إدراك مفهوم الزمان من خلال التجربة الشخصية والإحساس بالحركة، مما يتيح للطفل المعرفة بالوقت وعلاقته بالإيقاع والموسيقى وأنماط توفيقية أخرى مختلفة.
 - تمكين الطفل من ممارسة الأعمال الحسية الدقيقة والتأزر الحركي، مما يساهم في تنمية المهارات الحركية التي تؤهل الطفل للاشتراك في الأنشطة والألعاب الرياضية الجماعية والفردية (شعبان حسن، ب.ت.).

9. فوائد النشاط الحركي (البدني) للأطفال

- ضبط الوزن لديهم وخفض نسبة الشحوم في الجسم، حيث تشير البحوث إلى أن الأطفال الأكثر نشاطًا هم الأقل عرضة للإصابة بالسمنة.

- تعد الأنشطة البدنية التي يتم فيها حمل الجسم، كالمشي والجري والهولة والقفز من أهم الأنشطة المفيدة لصحة العظام والمعلوم أن بناء كثافة العظام يتم خلال العقدين الأولين من عمر الإنسان مما يعني أهمية فترة الطفولة بمراحلها المختلفة في تزويد العظام بالكالسيوم وتعزيز كثافتها، الأمر الذي يقلل من احتمالات الإصابة بمشاشة العظام في الكبر.
- إن ممارسة الأنشطة البدنية لدى الأطفال تساعد على تنمية قوة العضلات والأوتار العضلية وتعزز من مرونة المفاصل.
- لا شك أن ممارسة الأنشطة الحركية والانخراط في الألعاب الحركية مفيد أيضا للصحة النفسية للطفل، كما أن ممارسة الأنشطة البدنية مع الآخرين يعد عنصرا مهما للنماء الاجتماعي للطفل.
- ومن خلال السلوك الحركي واللعب يتم حث الأطفال على التفكير وتجهيز عقولهم للإدراك والتعلم. إن بحوث الدماغ تؤكد لنا في الواقع أن ملكة التفكير لدى الأطفال تستحث عندما ينخرطوا في الأنشطة البدنية، مما يجعل بعض العلماء يعتقدون جازمين أن الجسم هو الذي يعلم الدماغ وليس العكس.
- إن تعلم المهارات الحركية الأساسية في مرحلة الصغر يساعد الطفل على سرعة تطور توافقه الحركي، الأمر الذي يعزز انخراطه في أنشطة حركية متقدمة فيما بعد، ويساعده على إتباع نمط حياتي نشط في مرحلة الرشد (بن محمد الهزاع، 2005).

10. العوامل الأساسية التي تسهم في إنجاح منهج التربية الحركية

- إن نجاح برامج التربية الحركية تتوقف إلى حد كبير على عدد من الاعتبارات التي يجب على المعلم مراعاتها وهي كالتالي:
- ✓ **الخبرة الحركية يجب أن تكون ذات معنى للطفل:** يجب أن تشتق أغراض البرنامج التعليمي في التربية الحركية من اهتمامات واحتياجات واستعدادات الطفل، ويساعد في ذلك الأجهزة والأدوات والمساحات الملائمة لتعليم الأنشطة الحركية.
- ✓ **إعداد الأنشطة الحركية للطفل يكون من خلال فرص التحدي والمتعة:** على المعلم أن يعمل على تنوع الأنشطة الحركية لتتلاءم مع كافة المستويات واضعا في اعتباره بعض الاعتبارات الأساسية كالتدرج من السهل إلى الصعب، وعدم الاستخفاف بقدرات الطفل الحركية التي قد تدفعه للزوف وتحرمه من التحدي والاستمتاع.

- ✓ مراعاة عامل الحمل في العمل مع الأطفال: التوازن مطلب أساسي في كل ما يتعلق بحمل العمل والراحة في كافة الأنشطة الحركية، حتى لو تتطلب إيقاف النشاط لفترة زمنية.
- ✓ إتاحة فرص الاشتراك والممارسة لجميع الأطفال: إشراك جميع الأطفال أمر أساسي في جميع الأنشطة الحركية، ويراعي عدم عزل الأطفال عن المشاركة حتى لو كان استعدادهم وقبولهم للحركة ضعيف.
- ✓ دمج الخبرة الحركية بالأنشطة المدرسية والبيئية: يجب ربط الخبرات الحركية بالبيئة، وكذلك بالخبرات والمعارف المدرسية مما يتيح للطفل الإدراك والتبصر.
- ✓ توفير الوسط الملائم للممارسة الحركية للأطفال: وذلك بإتاحة التصور والإدراك للأدوات والأجهزة مع الأخذ بعين الاعتبار عامل الأمن والسلامة.
- ✓ توفير الإمكانيات وكفاءة استخدامها: يجب الاستفادة من كافة الأدوات والمساحات المتاحة والأجهزة من خلال الأنشطة الحركية المختلفة.
- ✓ الابتعاد عن المقارنات بين الأطفال: يتفاوت الأطفال في الخبرات الحركية، تبعاً للفروق الفردية كأن يتفوق في أداء بعض الخبرات الحركية ويخفق في البعض الآخر، لذا يراعى عدم عمل مقارنات بين الأطفال خوفاً من خلق صفات سلبية لدى الطفل.
- ✓ إبراز فرص الفوز والنجاح من خلال الأنشطة الحركية: إن التغير والتفاوت في مستوى الخبرات الحركية تتيح للقدرات الإدراكية أن تنال حضاها من خبرات النجاح والتفوق باعتبارها خبرات نفسية مطلوبة في تشجيع الطفل للاستمرار والممارسة (محمد محمود، 2016).

- مقترحات الباحث من خلال ما أشار إليه في الدراسة

- التوعية بالآثار الإيجابية للعب و للنشاط الحركي مع تحديد أهم الأنشطة التي تناسب مع طفل ما قبل المدرسة والتي يمكن الاستفادة منها مع إبراز أثرها على الجوانب المختلفة لشخصية الطفل.
- ضرورة إشباع حاجات الطفل الحركية بتوفير العوامل البيئية التي تتميز بتنوع موضوعاتها والتي يجد فيها الفرص اللازمة لممارسة أنواع المهارات الحركية التي تساعده علي رفع الكفاءة الذهنية والحركية.
- ضرورة إبراز أهمية اللعب من وجهات نظر إسلامية لأن عناية الإسلام بالطفل جاءت شاملة اشتملت على كل ما من شأنه أن يبني شخصية وجسم الطفل بشكل متكامل وسليم.

- تزويد المربيات بمراجع ودوريات علمية حول اللعب والنشاط الحركي تتضمن مجموعة من أنشطة اللعب كدليل لمعلمات رياض الأطفال.
- ضرورة أن يكون منح إجازة فتح دور الأطفال وفق شروط تراعي حجم المكان وأن يتوفر الفضاء الكافي لممارسة الألعاب والنشاطات الحركية بأنواعها.

- خاتمة

نستنتج بأن التربية الحركية نظام تربوي مبني على الإمكانيات النفس حركية الطبيعية للطفل، فهي جزء من التربية العامة التي تهدف إلى تحقيق النمو المتكامل للطفل عن طريق النشاط الحركي. والتربية الحركية أو التربية من خلال الحركة تندرج تحت مفهومين فرعيين متصلين متداخلين هما: تعلم الحركة، والتعلم من خلال الحركة. ومن الصعب الفصل بين المفهومين في مرحلة الطفولة المبكرة حيث يحتاج الطفل من خلال الحركة وإتقانها إلى زيادة معارفه وخبراته المعرفية، بالإضافة إلى اكتساب اللياقة البدنية والصحية.

والخلاصة أن تجسيد أهداف التربية الحركية مرتبطة بجميع المواد التربوية التي تقدم للطفل في مرحلة التعليم الأولي، حيث تمثل برامج التربية الحركية تلك المساحة من منهاج مرحلة الطفولة المبكرة التي تقابل احتياجات هذه المرحلة العمرية مستعينة بالأداء الحركي المتنوع من خلال إطار علمي. إذ حاولنا من خلال هذا البحث التعرف على اثر وأهمية الأنشطة الحركية ومساهمتها في تنمية جميع أبعاد نمو طفل ما قبل المدرسة.

- قائمة المراجع

1. أميرة محمد محمود، (2016) - التربية الحركية وأهميتها لمرحلة رياض الأطفال الاثنى عشر 15 فبراير. <https://childhood.ahlamontada.com/t50-topic>
2. انشراح إبراهيم المشرفي، (د.ت.) - التربية الحركية لطفل الروضة، المكتبة الرياضية الشاملة. <http://www.sport.ta4a.us>
3. بشير غادة وسارة شاهدي، (2015) - رسالة ماستر بعنوان: دور ممارسة التربية الحركية في تطوير القدرات العقلية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

4. بن مصيرة عبدالرحمان، (2009) - دور الألعاب التربوية الموجهة في تنمية الكفاءات الحركية للأطفال التحضيري، دراسة ميدانية لمؤسسات رياض الأطفال بالجزائر العاصمة.
5. خلفاوي شريف وآخرون، (2012) - مذكرة ليسانس بعنوان: واقع ممارسة التربية البدنية والرياضية لاطفال ما قبل المدرسة جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
6. سعد مرسي أحمد و كوثر حسين كوجك، (1991) - تربية الطفل قبل المدرسة، علم الكتب القاهرة.
7. طارق عامر عبدالرؤوف، (2008) - معلمة رياض الأطفال: إعدادها - أدورها - مهارتها، الطبعة 1، مؤسسة طيبة للتوزيع القاهرة.
8. كريمان بدير، (2003) - الأنشطة العلمية لطفل ما قبل المدرسة، ط.1، عالم الكتب، القاهرة.
9. محمد أحمد خطاب وأحمد عبد الكريم حمزة، (2008) - سيكولوجية العلاج باللعب مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. ط.1، جامعة عين الشمس دار الثقافة للنشر والتوزيع عمان، الأردن.
10. مرسلينا شعبان حسن، (د. ت. .) - التربية الحركية والعلاج النفس حركي كأساس في التأهيل النفسي. <http://arabpsynet.com/Documents/DocMarcelinaKineticEduTreatment.pdf>
11. هالة إبراهيم الجرواني وهشام محمدالصاوي، (2013) - تربية القوام لطفل ما قبل المدرسة، ط.1، المكتب الجامعي الحديث، مصر.
12. هيم محمد مصطفى، (2005) - الطفل ومهارات التفكير في رياض الأطفال والمدارس الابتدائية. ط.1، دار الفكر العربي، القاهرة.
13. هزاع بن محمد الهزاع، (2005) - النشاط الحركي ضروري لصحة الطفل. <https://www.albayan.ae/paths/2005-12-17>
14. هزاع بن محمد الهزاع، (2003) - النشاط الحركي في مرحلة الطفولة المبكرة أهميته لصحة الطفل ونموه وتطوره الحركي. إصدار الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية الرياض السعودية.