

## **الحاضرة السابعة: النمو في مرحلة الطفولة المبكرة**

**. تمهيد:**

**تُعدّ مرحلة الطفولة المبكرة (من 2 إلى 6 سنوات)** من أهم المراحل النّمائية التي يُبني خلالها الأساس المعرفي، الإنفعالي، الاجتماعي، والبدني للطفل.

**في هذه المرحلة يتسرع النمو الحيوي**، **الحركي**، **وتتطور مهارات اللغة**، **وتتطور الوظائف الذهنية الأولى** المرتبطة **بالمدراء** **والانتباه والذاكرة**.

كما تُشكّل هذه المرحلة محطة أساسية لوضع  
البنات الأولى للسلوك الاجتماعي، الإستقلالية،  
وضبط الانفعالات.

وتبرز أهمية دراسة هذه المرحلة بالنسبة  
لبيان التربية البدنية والرياضية لكونها  
الفترة التي تُنمى فيها المهارات الحركية  
الأساسية (الجري، القفز، الرمي، التوازن...)  
وتشكل قاعدة التعلم الحركي لاحقًا في التدريب  
الرياضي.

# ١. الخصائص الجسمية والحركية للطفل

## في الطفولة المبكرة:

### أولاً. خصائص النمو الجسمي:

١. زيادة تدريجية في الطول والوزن ولكن بوتيرة أقل من مرحلة الرضاعة.
٢. تحسّن في تناسب أعضاء الجسم.
٣. إزدياد قوة العضلات الكبيرة قبل العضلات الدقيقة.

### ثانياً. خصائص النمو الحركي:

١. تطور المهارات الحركية الكبرى: الجري، القفز، التسلق، الرمي.
٢. بداية التحكم في المهارات الدقيقة: الإمساك بالقلم، لف الخيط، فتح وغلق الأشياء.
٣. تحسن التوازن الثابت والمتحرك.

## أمثلة تطبيقية في المجال الرياضي:

▶ تعليم الأطفال ألعاب التوازن:

مثلاً: (المشي على خطوط مرسومة).

▶ تمارين الجري القصير، القفز فوق حواجز

منخفضة.

▶ نشاطات لتنمية التآزر البصري – الحركي:

مثلاً: رمي الكرة داخل دائرة.

## 2. النمو العقلي والمعرفي في الطفولة المبكرة:

### . أولاً . خصائص التفكير:

1. تميز تفكير الطفل بالتمركز حول الذات وفقاً لنظرية "بياجيه".
2. استخدام الرموز: (اللغة - الصور - اللعب التخييلي).
3. ضعف القدرة على الربط السببي المنطقي.

### . ثانياً . خصائص الانتباه والذاكرة:

1. الانتباه يكون قصير المدى ومحدوداً.
2. الذاكرة تتحسن تدريجياً من خلال التكرار والممارسة.
3. ميل الطفل إلى الفهم عبر المحسوس أكثر من المجرد.

## . أمثلة تطبيقية في المجال الرياضي:

► استعمال قصص حركية لفهم التوجيهات:

(إقفز مثل الأرنب – إمشِ مثل البطة).

► استخدام التعليم البصري:

(ملصقات – ألوان – إشارات).

► إعطاء تعليمات قصيرة وواضحة أثناء

التمارين.

### ٣. النمو الإجتماعي والإنفعالي:

أولاً . النمو الإجتماعي :

١. بداية تشكّل العلاقات مع الأقران.

٢. ظهور اللعب التعاوني بعد سن ٤ سنوات.

٣. تقليد سلوك الراشدين بشدة.

ثانياً . النمو الإنفعالي :

١. التعبير الواضح عن المشاعر: (خوف، فرح، غضب).

٢. تعلم مهارات ضبط الانفعالات تدريجياً.

٣. الحاجة للمدح والتشجيع المستمر.

## أمثلة تطبيقية في المجال الرياضي:

▶ ألعاب جماعية بسيطة لترسيخ التعاون:

مثل: (تمرير الكرة بين الأطفال).

▶ تعويد الطفل على احترام قواعد اللعب

والإنضباط.

▶ تعزيز الثقة بالنفس من خلال الثناء والمدح

على كل نجاح بسيط.

## ٤. النمو اللغوي وال التواصل:

### أولاً. تطور اللغة:

١. توسيع كبير في الثروة اللغوية (من 200 كلمة إلىآلاف الكلمات).
٢. القدرة على تشكيل جمل أطول وأكثر دقة.
٣. فهم الأوامر المركبة تدريجياً.

### ثانياً. مهارات التواصل:

١. التعبير اللفظي عن الاحتياجات والرغبات.
٢. استخدام الإيماءات والتعابير.
٣. الميل لسرد القصص البسيطة.

## . أمثلة تطبيقية في المجال الرياضي:

- استعمال الأوامر اللفظية أثناء الأنشطة الرياضية:
  - (أركض – إـ – إـستدر).
- تشجيع الطفل على وصف حركاته أو تسلسل نشاط معين.
- لعب ألعاب تعتمد على التواصل.
  - (إتبع القائد – لعبة الهاتف).

## 5. أهمية التربية البدنية في مرحلة الطفولة المبكرة:

. أولاً . تربية المهارات الحركية الأساسية :

ويتمثل أساساً في التحضير للتعلم الحركي المتقدم

لاحقاً في التدريب الرياضي.

. ثانياً . تعزيز النمو المعرفي والاجتماعي :

1. النشاط البدني ينمي الانتباه والقدرة على حل المشكلات

البسيطة.

2. تعزيز التعاون وروح الجماعة من خلال الألعاب الصغيرة.

. ثالثاً . دعم الصحة النفسية :

1. تخفيف التوتر وتحسين المزاج.

2. بناء الثقة بالنفس عبر النجاح في إنجاز الأنشطة.

## أمثلة تطبيقية في المجال الرياضي:

- تنظيم حصص "ألعاب صغيرة" متنوعة لتنمية الجوانب الشاملة للنمو.
- إعتماد أنشطة تقوي التفاعل الإجتماعي، مثل: الجري التعاوني أو السباقات الثانية.
- إدماج تمارين بسيطة للمرونة والقوة والتوازن تراعى فيها قدرات الطفل.

## • خلاصة:

مرحلة الطفولة المبكرة تمثل حجر الزاوية لكل المراحل النهائية اللاحقة، إذ تتشكل خلالها القدرات الحركية واللغوية والمعرفية والإنتاجية التي تؤثر مباشرة على شخصية الطفل وتعلمها ونموه المستقبلي.

ولأن النشاط البدني يشكل عنصراً أساسياً في بناء المهارات الحركية والمعرفية والاجتماعية، فإنّ إدماج التربية البدنية المدرستة خلال هذه المرحلة يُعدّ ضرورة تربوية ونفسية.

**إنَّ فهم خصائص نمو الطفل في هذه المرحلة**

**يمكِّن المربين والمدربين من إعداد بيئة تعليمية**

**وحركيَّة آمنة، محفَّزة، وملائمة لاحتياجات**

**الطفل، بما يضمن نموًّا متوازًّا وشاملاً على كافة**

**المستويات.**