

Al Mustaqbal University College
Department of Physical Education
and Sports Science



كلية المستقبل الجامعة
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

محاضرات النمو والتطور

المحاضرة الثالثة

اعداد

م.م علي محي مكطوف

أسست عام ٢٠١٠

ali@mustaqbal-college.edu.iq

العوامل المؤثرة على النمو والتطور :

ان العوامل التي تؤثر على نمو وتطور الانسان هي كالآتي : (وجيه محجوب , 1986 , 31)

1. الوراثة :-

هو العامل المهم والحقيقي الداخلي لانتقال صفات الوالدين للجنين والتي تؤثر على صفات الكائن الحي . يتوقف معدل النمو وتطوره على مدى وراثة خصائص النوع من والديه ومن اجداده . حيث تنتقل عن طريق الكروموسومات التي تحتويها البيضة المخصبة من الحيوان المنوي الذكري حيث يمكن التنبؤ في خصائص الكائن الحي عن طريق الابوين مع ملاحظة السمات الوراثية المتنحية او المختفية من جيل سابق .

2. البيئة :-

يتأثر الكائن الحي بعوامل البيئة الصحية والمادية والثقافية والاجتماعية والتعليمية والجغرافية والمكانية . الاستقرار ، وشكل نظام الدولة .

ويكتسب الفرد نشاطه وحالته وسلوكه نتيجة تفاعله مع العوامل السابقة .. وتجدر الاشارة هنا ان النظام السياسي للدولة يلعب دوراً كبيراً في نمو الفرد حركياً وجسيمياً وعقلياً ، فمثلا النظام السياسي في العراق يجعل الانسان القيمة العليا وتسخر كل الامكانيات له.

3. الغذاء :-

ان الغذاء هو من طبيعة البيئة ولكن لاهميتها ارتئينا ان تكون لها نقطة بحد ذاتها لانها تؤثر تأثيراً كبيراً على نمو الفرد وهو اصل تكوين وبناء الجسم ومصدر طاقته وخاصة نمو الخلايا الجديدة في العمل الحركي عليه والنقص في الغذاء سوف يؤدي الى اخفاق الكائن الحي في النمو والحركة وكذلك في امداده بالعناصر والمركبات اللازمة للمحافظة على ديمومته واتزانه وتفاعله مع المجتمع فنقصه يؤدي الى الصقم والهزل والتبليد .

ان الاتزان في الغذاء يعطي الفرد الديمومة في الحياة ونقصه يؤدي الى اضطراب النمو وزيادته تؤدي الى تخريب في هيئة وتكوين الجسم.

ان التغذية يجب ان تكون كاملة نوعاً وكماً وحسب الحاجة وعدم المبالغة بالغذاء اليومي واختياره سهل الهضم وبما ينسجم مع متطلبات الحركة اليومية وتطورات النمو وخاصة بالمرحلة السنوية الاولى بالنشء . على ان يلاحظ فيه كمية الاملاح والفيتامينات

والعلاقات بين الدهون والكاربوهيدرات والزيلا وكمية المياه والفواكه والخضر مع متوازنة المواعيد الغذائية .

4. النضج :-

ان النضج عملية نمو داخلي فسلجية تشريحية متشابهة تلقائياً وبصورة مستمرة دون ارادة الانسان . وهي قدرات الكائن الحي للتطور . اما التدريب فقد يساعد في عملية النضج العضوي ولكن ليس هو الاساس ، النضج يأخذ مظهر داخلي وخارجي فالداخلي هو نضوج الاجهزة الجسمية المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي واما الخارجي يظهر بسمة الطول والوزن والقياسات الجسمية المختلفة .

ان الجنين لا يمكن ان يولد ويعيش ما لم يلبث في بطن امه سبعة اشهر كاملة على الاقل وكذلك الطفل لا يمكن ان يكتب ما لم ينضج عضلاته وقدراته اللازمة في الكتابة . والفتاة لا تحمل الا اذا نضج جهازها التناسلي ... وهكذا يلاحظ ان كل سلوك يظل في انتظار بلوغ البناء الجسمي ودرجة من النضج كافية للقيام بهذا السلوك . والنضج مظهر وقدرة الكائن الحي على التطور دون دخل المران وهو صفة وراثية بين التطور الحركي والتشريحي والفسلجي دون دخل التدريب .

فتنضج حركة الطفل في المشي من تطور حركة الطفل في الجلوس والزحف والحبو والوقوف . والنضج الرياضي يختلف عن النضج الفسيولوجي وننظر الى النضج في التدريب الرياضي الى المرحلة التي يكون فيها الكائن الحي مستعد الى ممارسة النشاط والفعالية الرياضية .

5. التعلم :-

تعبير او تعديل نتيجة الخبرة والمران وهو ليس نتيجة النضج وانما هو اكتساب خبرات وتجارب تحت تأثير ارادة الفرد عن طريق حواسه داخل المحيط . ولا ندري هل يستطيع الطفل تعديل قامته بمفرده او ان هذا التعديل جاء نتيجة النضج