

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية المستقبل الجامعة

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

محاضرات النمو والتطور

م.د مهند نزار كزار

المرحلة الثالثة

- . مفهوم النمو والتطور
- . معنى النمو
- . معنى التطور الحركي
- . معنى النضج
- . معنى المؤشر
- . الخصائص العامة المؤشرات

## مفهوم النمو والتطور :

إن النمو والتطور هما من أهم العمليات الحيوية التي تتم في مرحلة الطفولة حيث تبدأ مرحلة النمو من لحظة القاح البيضاء وتستمر خلال المرحلة الجنينية داخل الرحم وبعد الولادة خلال مرحلة الطفولة وبانتهاء مرحلة البلوغ ، و يترافق النمو مع نضج الوظائف الحيوية لأعضاء الجسم ، أما التطور فيرتبط بصورة كبيرة بالجهاز العصبي المركزي ويعني اكتساب وظائف ومهارات بصورة تدريجية مع تقدم العمر .

## معنى النمو :

مجموعة من التغيرات الفسلجية التي تمر بها الفرد منذ تكوينه وتتضمن هذه التغيرات جميع النواحي الجسمية من حيث الطول والوزن والحجم والأعضاء الداخلية .

كما يعرفه وجيه محجوب بأنه : عملية فسلجية مستمرة تحتوي على التغيير العضوي والوظيفي للأجهزة المختلفة لجسم الإنسان . وعملية النمو ليس فيها توقفات ، وإنما بروز وظهور علامات مثل زيادة في الوزن وفي الطول وزيادة في الحجم أو ظهور نمو حركي كمسك أو جلوس و وقوف ومشى وغيرها



هناك مظهرين اساسيان للنمو هما ، النمو التكويني والنمو الوظيفي .

أ – النمو الجسمي : ويقصد به التغيرات التي تحدث للطفل في بناء والشكل الجسماني من حيث نواحي الطول والوزن والمحيط والشكل والحجم .

ب – النمو الوظيفي : ويقصد به التغيرات التي تتناول الوظائف الحركية والجسمية والعقلية والاجتماعية التي يمر بها الطفل في مراحل نمو المختلفة .



### العوامل التي تؤثر على الحركة :

تتأثر الحركة بمجموعة من العوامل التي تؤثر على طبيعة وشكل واداء هذه الحركات ومن هذه العوامل ما يلي :-

### العوامل الفسيولوجية .

١- أن سلامة الاجهزة الوظيفية كالجهاز الدوري التنفسي والجهاز العصبي والعضلي والعظمي تؤثر تأثيراً كبيراً على مستوى اداء الحركة الاساسية والرياضية ، فالإنسان يمكن أن يؤدي بعض الحركات الاساسية البسيطة اذا ما أصيب احد الأجهزة الوظيفية ولكنه لا يستطيع القيام بالحركات الرياضية لما تتطلبها من دقة ومهارة .

## ٢-العوامل النفسية .

تلعب الحالة النفسية للفرد دور مهم في دقة اداء الحركات وخاصةً الحركات الرياضية لان معظم الظواهر النفسية التي يتعرض لها الرياضي تؤثر على الحركة ، وعلى هذا الاساس اصبح الاعداد النفسي للرياضي جزء اساسي ومكمل لعملية الاداء البدني والمهاري وخاصةً في المستويات العليا من خلال تنمية روح التحدي والمنافسة والسيطرة على حالات القلق والخوف – وكلما أستطاع الرياضي السيطرة على هذه الظواهر النفسية ، كلما أستطاع اداء الحركات والمهارات بشكل مميز .

### معنى التطور الحركي :

عملية مركبة ترتبط بالتغيرات الحركية المرتبطة بالعمر والخبرة والناحية المعرفية أو العقلية والاجتماعية والانفعالية .  
هو مجموعة من المتغيرات تظهر على المظهر التركيبي الجسمي أو الوظيفي أو التشريحي . أو هو عملية مركبة لا يمكن فهمها والتعرف عليها إلا عن طريق دراسة التغيرات التي تحدث خلال مراحل الحياة، فهو يرتبط بالتغيرات الحركية المرتبطة بالعمر والخبرة، والناحية المعرفية والعقلية والاجتماعية والانفعالية.



### معنى النضج :

فهو عملية نمو داخلي فسلجية تشريحية متشابهة تلقائياً وبصورة مستمرة دون ارادة الانسان .كثيراً ما يتم الخلط ما بين النمو والنضج ، كما ويصعب تعريف النضج بشكل دقيق . والنضج هو المفهوم المكمل للنمو ، فهو يرتبط بالتغيرات البيولوجية

## المميزات الرئيسية للنمو :

- ١ – الكائن الحي ينمو نموا داخليا بحيث يحافظ على سمته .
- ٢ – النمو يأتي من العام الى الخاص فاذا كانت حركة الطفل في الاشهر الاولى عامة فبعد ذلك تبدأ بالتفصيل .
- ٣ – الكائن الحي وحدة متماسكة اي كل مرحلة لها علاقة بالمرحلة التي تسبقها .
- ٤ – النمو له علاقة بمظاهر النمو والتطور الاخرى المختلفة فالنمو الحركي له علاقة بالنمو البدني والنمو البدني له علاقة بالتشريحي والفسلجي وهكذا .

