

كلية المستقبل الجامعة

قسم التربية البدنية وعلوم

الرياضة

التربية الحركية

م.د مهدي نزار حزار

أهداف التربية الحركية:

ان الهدف الأساسي للتربية الحركية هو توفير خبرات الحركة التي تساعد الطفل على المشاركة في النشاط الحركي، كما تعمل على تنمية الطفل ككل من الجوانب (المعرفية – الحركية- الانفعالية)، وتنمية الوعي بالذات والجسم وطاقاته ومكونات الحركة والتي بدورها تزيد من فهم الأطفال لأنفسهم وفهم المبادئ التي تطبق لزيادة كفاءة وفاعلية الحركة مما يحقق الاستجابات الصحيحة لدى الطفل، كما تهدف الى إكساب الطفل اللياقة الحركية عن طريق المهارات الحركية التي يكتسبها، ويتم الارتقاء بمستوى الحركة لديه.

كما تهدف الى مساعدة الطفل على زياد إدراكه وإحساسه بتحركاته من حيث الكفاية الحركية والتأثير في كافة جوانب الحياة وأنشطتها اليومية سواء في اللعب او العمل او الأنشطة الإبداعية، ومن خلال التربية الحركية يتم تنمية وتطوير الأداء الحركي للطفل وهي تقابل الميل الطبيعي الموجود داخل الطفل للحركة بحرية وإبداع.

وتهدف التربية الحركية الى تنمية المهارة الحركية للطفل، وهذا هو الهدف المحوري للتربية الحركية، قد أكد لابان Laban على أهمية السيطرة الجسم أثناء الحركة الحرة في الفراغ، بينما ركز كيفارت Kephart وكذلك جود فرى Godfrey على أهمية سيطرة الجسم في واجبات تتطلب التوازن والمهارات البصرية بهدف تحقيق التعميمات الحركية Movement Genralizations وذلك من خلال انتقال اثر المهارات الى مختلف التتابعات و الأنماط الحركية، ويبرى فروستيچ، ماسلو Frostin&Maslow ان الهدف من التربية الحركية هو تحقق وتنمية أقصى تناغم للقدرات الحركة للفرد، وذلك لان ما من مهارة في الرياضة او الرقص تستخدم بمفردها او بشكل مستقل، لكنها تؤدي بتوافق مع سائر المهارات. (1)

(1) عفاف عثمان عثمان، الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، ط1، الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2008، ص38.

إن أسلوب التربية الحركية يسهم في تحقيق الأهداف المرجوة إذا ما أحسن تعليمه وتطبيقه وفق منهاج علمي يتماشى مع التطور الحاصل لهذا الأسلوب ،
وتتلخص هذه الأهداف في : (1)

- 1- تطوير فهم الحركات الأساسية وأهميتها في حياة الطفل .
- 2- إحساس الطفل بالمرح والمتعة بممارسة الحركة .
- 3- التعزيز الناتج عن نجاح الطفل في أداء الحركات مما يكسبه الثقة بالنفس .
- 4- إعطاء الفرصة للطفل كي يبتكر ويبدع ويفكر .
- 5- إحساس الطفل بالمتعة والسرور والرضا عن الذات .
- 6- تعليم الطفل بعض الصفات الاجتماعية والبيئة المرغوبة .
- 7- تكسب الطفل كيفية السيطرة على جسمه وحركاته .
- 8- استخدام الأنشطة الحركية والخاصة بالتربية الحركية في المساعدة في تعليم مواد دراسية أخرى .
- 9- المساهمة في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية .
- 10- تعليم الطفل الحركة بأسلوب سليم وصحيح .
- 11- تعويد وتعليم الطفل تصحيح أخطائه.



ويمكن تلخيص هدف التربية الحركية على النحو التالي: (2)

"تعليم وتطوير الحركات الأساسية للطفل (الانتقالية-غير انتقالية-مركبة) واستخدامها في تعليم مواد أخرى.

(1) الشبكة العالمية للانترنت "منتدى غرابيل التعليمي"

(2) عبد الحميد شرف، التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدى الإعاقة، ط2، القاهرة، مركز

الكتاب للنشر، 2005، ص41.

ومما سبق يتضح ان أهم أهداف التربية الحركية هي: (1)

- التربية الحركية هي جانب من التعليم العام.
- التربية الحركية تساعد على النمو.
- التربية الحركية تساعد على حسن استخدام وقت الفراغ.
- التربية الحركية تزود الفرد وتساعد على التدريب على القيادة.
- التربية الحركية تعطي الفرصة للتعبير عن النفس والإبداع.
- التربية الحركية تساعد على التطور الثقافي.
- التربية الحركية تهيأ الفرد للتحكم بالعواطف.
- التربية الحركية تساعد على نمو الشخصية.
- التربية الحركية تنمي المهارات العضلية والتوافقية.
- التربية الحركية تعلم وتنمي عادات الصحة والسلامة.
- التربية الحركية تساعد على النمو العقلي .
- التربية الحركية مبنية على الاحتياجات الإنسانية.
- التربية الحركية تساعد على نمو الأفراد واكتساب اللياقة الحركية.

أهمية التفكير بالتربية الحركية: (1)

تعد فترة ما قبل دخول المدرسة (6) فترة طويلة في حياة الطفل ولا ينبغي لنا أن نهملها ونتعامل معها بمثل هذا التقصير الواضح فيجب أن نبدأ التربية الحركية للطفل مبكرا ما أمكن بمجرد أن يتمكن من الجري بسهولة ويسر بل إن التربية الحركية يمكن أن تساهم في تنشيط النمو بالنسبة للأنماط الحركية غير المتعلمة . على الرغم مما قيل في هذا الصدد . فيما قبل مرحلة الجري .

وتتلخص خطورة إهمال هذه الفترة من الناحية التربوية الحركية ، إن الطفل كثيرا ما يصاب بالعيوب والانحرافات القوامية وضعف في القدرات و البراعات الحركية ، الأمر الذي يجعل برنامج التربية الرياضية (في المدرسة الإعدادية وما بعدها) مجرد برامج لإصلاح ما فسد وعلاج ما أهمل في فترة التربية الحركية بدلا من أن تتركز برامج التربية الرياضية على تحقيق أهدافها المعروفة كإكتساب المهارات واللياقة البدنية .



كيفية استخدام التربية الحركية في تعلم الحركة: (1)

لقد تطورت مفاهيم "التربية الحركية" فالبعض حدد مفهوم التربية الحركية على انه التتويج لكل جهود تحديث التربية البدنية لتحقيق أهداف التربية الأساسية ، ولقد اعتبرت التربية الحركية في جوهرها هي تكيف الطفل حركيا مع جسمه.

كما ذكر البعض الآخر ان التربية الحركية لها مفهومان فرعيان متصلان ومتداخلان هما:

- تعلم الحركة.

- التعلم عن طريق الحركة.

وانه من الصعب الفصل بينهما في مرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، حيث يحتاج الطفل الى تعلم الحركة وإتقانها ثم تشيبتها، حيث يمكنه بالحركة ان يزيد دائرة تعلمه ومعارفه وخبراته.

وعند تحليل مفهوم "تعلم الحركة" وجد انه يستهدف ان تكون الحركة موضوع التعلم، واللياقة الحركية هدف التعلم، إي التوصل الى الحركة السليمة المضبوطة السريعة المتقنة.

إما المفهوم الثاني للتربية الحركية فهو "التعلم عن طريق الحركة " ففيه تسع دائرة التعلم فتشمل جميع جوانب نمو الفرد وتكون الحركة أداة هذه الدائرة في تحقيق الأهداف المرجوة، وهي اللياقة البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

(1) فاطمة عوض صابر، التربية الحركية وتطبيقاتها، ط1، الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة و

الخطوات المستخدمة في تعلم الحركة باستخدام أسلوب التربية الحركية:

يذكر (احمد عبد الرحمن وفريدة إبراهيم) إن هذه الخطوات يمكن تلخيصها

بخمسة متتابعة ومرتبطة كآتي - (1):

- 1- اختيار وتحديد مهمة حركية مناسبة تشكل جزء فرعي من موضوع حركي في التربية الحركية مثل التوصل إلى شكل من أشكال الطيران حيث تكون المهمة الحركية تعليم شكل من أشكال الطيران والموضوع الحركي هو الوثب الطويل.
 - 2- محاولة الأطفال التوصل للأساليب المختلفة (استعراض الحلول الحركية) التي تساعدهم على القيام بهذه الحركات تنفيذاً للمهمة الموكلون بها ومحاولة اختبار قدراتهم على التنفيذ ويتم ذلك من خلال مشاركتهم الايجابية في التفكير والعمل .
 - 3- التوصل للحركات والأساليب التي بمقتضاها التوصل للهدف في نطاق المهمة المطلوبة .
 - 4- القيام بالتكرار والتدريب الذي يعمل على التوصل والإتقان عن طريق تصحيح الأخطاء.
 - 5- التوصل لمرحلة الإتقان عن طريق التكرار والصقل المستمر للأداء الحركي .
- وينحصر دور المعلم في حالة استخدام أسلوب التربية الحركية على الاستشارة والتوجيه والمساعدة سواء كانت فردية أو جماعية بحيث يتمكن الأطفال من استخدام عقولهم ومشاعرهم وقيمهم وقدراتهم البدنية والحركية .

(1) الشبكة العالمية للانترنت "منتدى غرابيل التعليمي"

الإبعاد المعرفية والإدراكية للتربية الحركية "التطور المعرفي": (1)

التربية الحركية تتعدى بكثير مفهوم إكساب الأطفال المهارات الحركية او تنمية الأنماط الحركية، إذ ان تعلم لحركة يعني مجرد العملية الإجرائية المتعلقة بالتعلم، إلا ان الإطار المعرفي للتعلم الحركي ثري بمختلف الخبرات الإدراكية والمعرفية فمن خلا الحركة ينمى الطفل ملاحظاته ومفاهيمه وقدراته الإبداعية وإدراكه للإبعاد والاتجاهات كالأحاساس بالتوازن، المكان والزمان، ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها فيتعود على السلوك المنطقي وحل المشكلات وإصدار أحكام تقويمية. ويقدر الخبراء ان المنعطفات او التطورات الحركية هي بنفس الوقت إضافة لإمكانيات الإنسان المعرفية، فتغير مستوى الرضيع من مستوى الرقود الأفقي الى مستوى الجلوس (الرأسي) يتيح له إمكانية معرفية جديدة ،كما ان وصول الطفل لوضع الوقوف يتيح له فرص اكتشاف العلم من حوله والتعرف على الأشياء.

ولقد أكدت أكثر من دراسة حديثة ان العلاقة بين الحركة والفكر علاقة وثيقة لا تنفصم، فقد ضمن (لسجافب) بعض مؤلفاته في التربية الرياضية مايفيد ان العمل الحركي يتضمن بالتأكيد عمليات إدراكية ومعرفية وعمليات عقلية كالتذكير والتوقع والتصحيح والتحكم.

(1) أمين أنور الخولي و أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، ط5، القاهرة، دار الفكر العربي،

المراجع والمصادر:

- أمين أنور الخولي و أسامة كامل راتب: التربية الحركية، القاهرة، دار الفكر العربي، 1983.
- أمين أنور الخولي و أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، ط5، القاهرة، دار الفكر العربي، 1998.
- الشبكة العالمية للانترنت "منتدى غرابيل التعليمي".
- عبد الحميد شرف، التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدى الإعاقة، ط2، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2005.
- عفاف عثمان عثمان، الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، ط1، الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2008.
- فاطمة عوض صابر، التربية الحركية وتطبيقاتها، ط1، الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، 2006.