

دليل المربين لنشاطات التربية النفس حركية

تم إعداد هذا الدليل بدعم من منظمة اليونيسف وبالشراكة
مع المعهد اللبناني لإعداد المربين - جامعة القديس يوسف
ضمن برنامج دعم التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة

© ٢٠٢٢ جميع الحقوق محفوظة لمؤسسة التعاون

www.taawon-lebanon.org

فكرة: هناء الخليل

تأليف: كالين لبكي

ساعد في التأليف: كارن بوعاصي

إشراف: نيكول عبد النور / ديان الغريب / ريان كنعان / رينا مقبل

الأغاني في هذا الدليل من كتابة والحن وأداء

طلبة الكمنجاتي وبيت أطفال الصمود

كلمة شكر وتقدير

يأتي إصدار هذا الدليل حصيلة جهود حثيثة ومتابعة دقيقة امتدت على مدى شهور، واستندت الى تنسيق عميق ومتكامل بين الجهات التي ساهمت في إعداده وتطويره وإخراجه بنسخته الاخيرة التي هي بين أيدينا اليوم. بدايةً، نتوجه بالشكر الكبير لمنظمة الأمم المتحدة للطفولة "اليونيسف" على دعمها وثقتها وتوفيرها التمويل اللازم لإنجاز المراحل المختلفة من الدليل. ونخص بالشكر البرنامج الفلسطيني بقيادة نزيه يعقوب، وكافة أعضاء فريق العمل على مواكبتهم كامل مراحل العمل.

الشكر الكبير موصول أيضاً الى جامعة القديس يوسف وتحديدًا المعهد اللبناني لإعداد المربين، شريكنا الأساسي الذي تولى مهمة تحضير الدليل بكافة تفاصيله ومكوناته من إعداد، وكتابة، واختبار عملي، وتدقيق، ومراجعة.

ونخص بالشكر كالين لبكي التي يعود لها الفضل في إعداد وتأليف الدليل بالكامل بما في ذلك المقدمة النظرية والمواد العملية كما أشرفت على عملية التدقيق والتصميم.

كما نشكر كارن بو عاصي التي ساعدت في عملية التأليف وكافة أعضاء فريق المتابعة وعلى رأسه نيكول عبد النور بالإضافة الى ديان الغريب، ريان كنعان، ورينا مقبل. أشكرهن جميعاً على المهنيّة المتميزة والالتزام التام والاهتمام بكافة جوانب الدليل ومكوناته طوال فترة إعداده واختباره وطباعته. لقد كان العمل معهن ممتعاً ومثمراً.

نثمن عالياً دور المؤسسات الأهلية الشريكة والمعنية بالتعلّم في مرحلة الطفولة المبكرة وطاقمها من إداريين، ومنسقين، ومشرفين، ومعلمين. لقد كان لتجاوبهم معنا إن خلال ورش العمل، وفترات اختبار الدليل العملي داخل الرياض، أو عبر ملاحظاتهم واقتراحاتهم، أثر كبير في تطوير الدليل وإغنائه. يشمل ذلك المؤسسات التالية: المؤسسة الوطنية للرعاية الاجتماعية والتأهيل المهني - بيت أطفال الصمود، جمعية الأخوة للعمل الثقافي والاجتماعي، جمعية السلام لأجلكم، جمعية النجدة الاجتماعية، مؤسسة غسان كنفاني الثقافية.

الشكر موجه أيضاً الى مؤسستين شريكتين لمؤسسة التعاون، وهما جمعية الكمنجاتي، وبيت أطفال الصمود على تعاونهما في كتابة وتلحين وأداء الاغاني والموسيقى التي يتضمنها الدليل؛ نخص بالشكر الاعزاء إباد ستيتي ونور أبو ريا وأساتذة الموسيقى علي عبد، وجو عازار الذين قدّموا مع طلاب الموسيقى عملاً رائعاً، وأنجّوا خلال فترة قياسية أكثر من ٣٥ أغنية ولحناً تضمنها الدليل وشكّلت إضافة نوعية منسجمة مع روحية الدليل، ومع التراث الفلسطيني.

أخيراً وليس آخراً، يسرني أن أعبر عن عظيم الامتنان لفريق عمل مؤسسة التعاون على الالتزام المتواصل والعمل الدؤوب. وأخص بالشكر الزميلة هناء الخليل التي تعود لها فكرة إنتاج دليل تربوي للمربيات حول الانشطة النفس حركية. نشكرها على المجهود الكبير والتميّز في إدارة ومواكبة عملية إعداد الدليل، وعلى توفير الخبرة والمعرفة الفنية والمعقّقة لكافة تفاصيل الدليل وإغنائه وتطويره على امتداد شهور العمل. الشكر أيضاً للزملاء فراس توتونجي على إشرافه وتنسيقه للجوانب العملية والإدارية من إعداد الدليل وتنظيم ورش العمل وغيرها، ومحمد حوراني، مدير البرامج في التعاون على متابعته الحثيثة لكافة مراحل الاعداد، وجهان المصري على متابعة المسائل المتعلقة بالتحريرو والتصميم والانتاج - لقد ساهموا جميعاً - كل بحسب دوره واختصاصه وبتعاون كامل - في إصدار الدليل بشكله النهائي. كلمة شكر أخيرة أوجهها للمصممة إيمي شينيارة على العمل المبدع في تصميم الدليل بكافة مكوناته بما في ذلك تنفيذ الرسومات والبطاقات وتصميم كافة الجوانب الفنية.

اليوم، نضع بين أيديكم مرجعاً علمياً وعملياً للمؤسسات والعاملين في التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة تم تطويره واختباره بالكامل داخل روضاتنا، وبلغتنا ولاسيما الأغاني التي تم انتاجها، ليكون إضافة تدعم توفير تعليم نوعي في مرحلة الطفولة المبكرة.

سوسن المصري
مديرة فرع لبنان - مؤسسة التعاون

تهيد

يشكّل إعداد ونشر دليل تربوي شامل ومتكامل باللغة العربية للعاملين في مجال التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة حلماً راود القيمين على برنامج التعليم في مؤسسة التعاون طوال سنوات. ظل هذا الحلم مرافقاً لنا، وازدادت قناعتنا مع الوقت بضرورة العمل على تحقيقه وتوظيف الخبرة التي راكمتها المؤسسة عبر سنوات - تمتد منذ العام ٢٠٠٤ - من العمل على دعم وتطوير التعليم ما قبل المدرسي في الوسط الفلسطيني. وهو العمل الذي ننفذه بالشراكة مع العديد من المؤسسات الأهلية ويطال عشرات رياض الأطفال، ومئات المربيات والمشرفات، بالإضافة إلى آلاف الأطفال على امتداد المخيمات الفلسطينية في لبنان.

لقد أسست هذه الخبرة الطويلة لدى مؤسسة التعاون لفهم معقّد وعملي وموضوعي لواقع التعليم في هذه المرحلة في الوسط الفلسطيني، ومعرفة واضحة بأبرز سماته والتحديات التي يواجهها. وأكدت بالتالي الحاجة إلى مورد شامل ومختص بالتربية النفس - حركية يشكّل مرجعاً للعاملين والعاملات مع الأطفال ضمن الفئة العمرية من ٣ إلى ٦ سنوات.

لقد ساهمت الجهود الحثيثة التي بذلتها ولا تزال العديد من المؤسسات الأهلية، والمنظمات الدولية، والجهات الداعمة المختلفة في تطوير واقع التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة في الوسط الفلسطيني. إلا أن ذلك لا ينفي أن العديد من التحديات لا تزال تفرض نفسها على واقع التعليم في هذه المرحلة والتي تتمثل بما يلي:

- غياب مرجعية موحّدة للتعليم ما قبل المدرسي في الوسط الفلسطيني تضع رؤية تربوية واضحة وتساهم في توحيد المفاهيم ووضع المناهج ومراقبة الجودة. فاللونروا - وهي الجهة المعنية بتعليم الفلسطينيين في لبنان - تهتم بالتعليم الأساسي وتغيب عن التعليم ما قبل المدرسي. بناء عليه، لا يزال التعليم في هذه المرحلة معتمداً بشكل كامل على جهود المؤسسات الأهلية التي تتفاوت إمكانياتها وقدراتها، ولا يحكمه إطار موحد يستند إلى أسس علمية وتربوية ويتولى مهمة المراقبة والتطوير.

- اعتماد المؤسسات الأهلية التي تدير رياض الأطفال بشكل شبه كامل على التمويل الخارجي مما يضعها في حالة دائمة من العمل على المدى القصير مع قدرة محدودة على التخطيط طويل الأمد. يصاحب ذلك انعدام الاستقرار المالي وتكشف في وضع الموازنات. لذلك، يرخي ضعف التمويل وعدم استقراره بظلاله على كافة جوانب العمل داخل رياض الأطفال سواء من ناحية القدرة على دفع رواتب جاذبة لأصحاب الكفاءات والخبرة، أو من ناحية تأهيل البيئة التربوية وتأمين الموارد التعليمية، أو من ناحية توفير التدريب والإشراف التربوي المهني.
- تعاني معظم المؤسسات الأهلية العاملة في الوسط الفلسطيني التي تدير رياض الأطفال من محدودية توفري الاختصاص والمؤهلات والمهنيين في المجالات المعنية بالتعليم ما قبل المدرسي. الامر الذي يتجلى بضعف الامكانيات لدى معظم الرياض في تطوير الخطط التربوية النوعية والمتماشية مع أسس التعليم ضمن منهج شمولي ومتكامل، وفي توفير تعليم ممنهج ومستند الى أسس تربوية ضمن هذه المرحلة.
- تعاني المنطقة العربية من نقص في الموارد المتعلقة بالتعليم في مرحلة الطفولة المبكرة باللغة العربية وبالأخص بما هو معني بالنمو النفس - الحركي Psycho motor حيث لا تتوفر أية أدلة حول التربية النفس-حركية في مرحلة الطفولة المبكرة في لبنان أو في المنطقة.

تؤثر هذه التحديات مجتمعة على أسس وأساليب التعلم، وعلى المفاهيم التعليمية المعتمدة، وبالتالي على نوعية التعليم المتوافر داخل رياض الأطفال. من هذا المنطلق، برزت فكرة إعداد دليل تربوي شامل حول التربية النفس - حركية باللغة العربية يطال الصفوف الثلاثة في مرحلة التعليم ما قبل المدرسي، ويوفر منهجاً متكاملًا يعتمد على استراتيجيات التعلم النشط وذلك للاستخدام سواء كمرجع للمخطط التربوي، أو كمرجع للمربين والمربيات خلال عملهم اليومي داخل الصف ما يساعدهم بالانتقال الى منهج يستند الى التعلم والتفاعل وينطلق من حاجات الطفل نفسه ومن مراحل نموه.

يندرج إصدار هذا الدليل ضمن الغاية الاشمل لمؤسسة التعاون والمتعلقة بتطوير نوعية التعليم في مرحلة الطفولة المبكرة، والانتقال

بالتعليم من تعليم تلقيني الى تعلّم نشط تفاعلي يُشكّل فيه الطفل محور العملية التعلّمية. كما يهدف الى توسيع مفهوم التعلّم في هذه المرحلة ورفع المعرفة والقدرة بين المربين والعاملين في رياض الأطفال حول المفاهيم التي يجب أن يكتسبها الطفل خلال هذه المرحلة العمرية. أما لماذا اخترنا التربية النفس - الحركية؟ فكما هو معلوم لدى خبراء التعليم، فإن التربية النفس حركية هي استخدام الحركة واللعب بهدف إكساب الطفل مجموعة من المهارات والقدرات المعرفية الخاصة بالجسم، والفراغ المحيط به، والزمن، والحركة، وجميعها تساهم في تحضيره للكتابة والقراءة والرياضيات. وتساهم بالتالي في إعداد الطفل بشكل متوازن للتعليم المدرسي بكافة مراحله.

آلية العمل التي اعتمدت في إعداد الدليل

لقد مرت مراحل إعداد الدليل بمحطات عديدة ساهمت في إصداره بشكله الحالي، وقد شملت هذه المراحل:

١. تصوّر عام لمكونات الدليل للمراحل الثلاث من التعليم ما قبل المدرسي، ووضع التصميم العام.
٢. صياغة أقسام الدليل والأنشطة بشكلها النظري والتفصيلي بما في ذلك العمل التقييمي لكل مرحلة من مراحل التعليم ما قبل المدرسي.
٣. تنفيذ اختبارات عمليّة لأنشطة الدليل بالشراكة مع خمس مؤسسات أهليّة شريكة طالت ٦ روضات، و١٨ مربية. ساعدت هذه الاختبارات على تقييم وتطوير مضمون الدليل من حيث سهولة الاستخدام، ودرجة الوضوح، والاهم التأكيد من حسن تحقيق الاهداف من كل نشاط.
٤. مراجعة دقيقة لمضمون الدليل وإجراء التعديلات بحسب نتائج الاختبارات العمليّة والملاحظات التي قدمتها المربيات والمشرفات.
٥. إنتاج الاغاني والالحان التي تضمنها الدليل وربطها بالأنشطة التربوية مع الحرص على أن تكون جذابة للأطفال وأن تحمل بصمة من التراث الفلسطيني.
٦. التدقيق والمراجعة النهائية لكافة أقسام الدليل بصيغته النهائية.
٧. التصميم وتنفيذ الرسومات بحيث تكون واضحة وممتعة وجميلة. وقد استغرق ذلك جلسات عديدة من التنسيق بين كافة أفرقاء العمل للتأكد من تلبية التصميم أهداف الدليل.
٨. طباعة الدليل بشكل سهل للاستخدام وبنوعية جيدة ومتينة.

فهرس

٩.....	١. المقدمة.....
	٢. تفسير نظريّ: وصف المحاور النَّفس
١١.....	حركيّة وارتباطها بالتعلّم اليومي للطفّل
١١.....	١. التصوّر الجسديّ.....
١٢.....	٢. التوتر العضليّ.....
١٤.....	٣. الجانبيّة.....
١٥.....	٤. المهارات الحركيّة.....
١٧.....	٥. التّنظيم المكانيّ والتّحليل البصريّ المكانيّ.....
١٩.....	٦. التّنظيم الزمانيّ.....
٢١.....	٧. الكتابة.....
٢٣.....	٨. الوظائف التنفيذيّة.....
٢٧.....	٣. تفسير عملي لمضمون الحقيقة.....
٢٧.....	١. أهداف التّربية النَّفس حركيّة في تنمية الطّفّل.....
٢٨.....	٢. نصائح تربويّة لدعم الطّفّل في تعلّمه.....
٢٩.....	٣. البرنامج السنويّ.....
٣٠.....	٤. بطاقات التطبيق: وصف ومسار نشاط نموذجيّ.....
	٥. التّقييم: مؤشرات تقييميّة للمربيّة
٣٠.....	٦. واستمارة شبكة تقييم للأطفال.....
٣١.....	٧. وسائل الدعم.....
٣٦.....	٤. ملحق: أنشطة لتهيئة الطّفّل للكتابة.....

مقدمة

التربية النفس - حركية هي نظرة شاملة للفرد. إنها التعبير الجسدي لحياة الفرد النفسية والعاطفية والذهنية والعلائقية. تستخدم التربية النفس - حركية الوظائف الحركية لدى الطفل بهدف تنمية وظائفه الذهنية مما ينعكس على حالته العاطفية والنفسية. وتعتمد أيضاً على تعزيز النمو الشامل للطفل في المكان والزمان بهدف تكييفه في محيطه، ضمن البيئة التي يعيش فيها.

فبين عمر ٣ و ٦ سنوات يتعلّم الطفل المفاهيم والمهارات الأساسية التي ستمكّنه لاحقاً من تعلّم القراءة والكتابة. لذلك اعتمدت الروضات منهجاً للتربية النفس - حركية يتفاعل من خلاله الطفل مع المفاهيم الإدراكية مستخدماً جسده كأداة للتعلّم والاختبار.

توفر التربية النفس - حركية للطفل مكاناً وزماناً حيث يكون قادراً على التحرك بحرية، واختبار إمكانياته، وتطوير ثقته بنفسه أثناء المشاركة مع الآخرين، وإقامة أسس التعاون، وفهم حدوده وحدود الآخر، وتقليد غيره. يعيش الطفل المتعة الحسية، والقفز، والتسلق، واللفّ، والزحف، والجري فيتمكّن من استخدام خياله، والتعبير عن احتياجاته، أثناء محاولته العثور على الحلول.

تُقدّم حصص التربية النفس - حركية مساحة تعبير للأطفال. إذ يتم تشجيعهم خلالها على التعبير عن مشاعرهم بأجسادهم وعلى التواصل بحرية مع الآخرين.

كفايات التربية النفس حركية

في نهاية مرحلة الروضة، يصبح الطفل قادراً على أن يمارس تصرفات نفس - حركية، صحيحة وسليمة، إفرادياً أو جماعياً في وضعيات مختلفة.

في نهاية الروضة الأولى، يصبح الطفل قادراً، عبر ممارسات حركية، على ابتكار صيغ إيقاعية و/أو خطوط بيانية بسيطة، إفرادياً أو ضمن مجموعات.

في نهاية الروضة الثانية، يصبح الطفل قادرًا على ابتكار،
بواسطة حركات جسدية مع أو من دون آلات موسيقية،
صيغاً إيقاعية وخطوطاً بيانية، إفرادياً أو ضمن مجموعات.

في نهاية الروضة الثالثة، يصبح الطفل قادرًا على تنفيذ
الأنشطة النفس - حركية الدقيقة سواءً على المستوى الفردي
أو الجماعي (يحلّل السبب ويجد الحل).

٢. تفسير نظري: وصف المحاور النفس - حركية وارتباطها بالتعلم اليومي للطفل

١. التصور الجسدي

١- تعريفه

يشكل التصور الجسدي الوعي العام بالجسد والأعضاء، وموقعها في المكان. يتكون هذا التصور من خلال التجارب التي يعيشها الطفل مع محيطه والتي تعرفه تدريجياً على أعضاء جسده. ينتج بشكل أساسي من تكامل المعلومات الحسية المتعددة أي البصرية (الاختبارات مع المرآة ومشاهدة الآخر وتقليده)، واللمسية (الإستحمام، الإحتكاك بالأشياء والمحيط عند التحرك)، والعضلية (الشد والضغط العضلي خلال الاختبارات اليومية).



يلعب التصور الجسدي دوراً أساسياً في نمو الطفل العام واكتشاف إمكانياته الحركية. كما يسمح ببناء الهوية وصورة الجسد.

يتم تطويره لدى الأطفال من خلال تحفيز العلاقات مع الآخرين، ومعرفة الجسد، وتطوير الحركة، وإدراك الزمان والمكان، واكتساب الجانبيّة.

يشكل التصور الجسدي الركيزة الأولى لنمو مهارات عدة:

- إدراك أجزاء الجسد (أو أعضائه).
- تنظيم وتوجيه الحركات الجسدية في المكان.
- رسم الأشخاص.
- التعبير من خلال الجسد.
- إكتساب الإستقلالية الذاتية (إرتداء الملابس، الأكل، التنقل....).

٢- مراحل تكوينه

يتطور التصور الجسدي تدريجياً مع تقدم سن الطفل بعد تلقيه أحاسيس عديدة من أنحاء جسده. يصبح الرضيع تدريجياً قادراً على

تمييز جسده وفصله عن الأشياء في البيئة المحيطة. بعدها يتعرّف الطفل على الأجزاء الأساسية (رأس، عيّنان، يَدان،...) ويسميها ويستخدمها بطريقة ملائمة. وهكذا، يبدأ الطّفل بالتمييز بين الأشياء الخارجيّة التي يراها وبين جسده.

في مرحلة لاحقة، وبفضل نمو الجهاز العصبي، يكتسب الطفل قدرات فصل الحركة بين أعضاء جسده مما يسمح له بالتعرّف على مفاصله. في هذه المرحلة يتمكن أيضاً من فصل حركات كل من جسده الأيمن والأيسر فيدرك مفهومي: اليمين واليسار.

٣- تأثيره على التعلّم

- تكوين البنية الزمانيّة المكانيّة.
- تسهيل عملية التّكيّف.
- تحفيز بناء علاقة مع الآخرين.
- التّحكّم بالسلوكيات (inhibition motrice) والاستقرار.
- الشعور بالأمان.
- بناء شخصية قادرة على التّأقلم في بيئة الروضة.

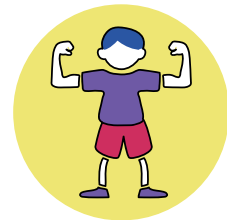
٤- بعض الأنشطة لتحفيز التّصور الجسدي:

- المشي والقفز على رؤوس الأصابع، على كعب القدم، على الركب.
- تقليد وضعيّات وحركات معينة.
- المرور تحت طاولة ضيقة.
- تكييف الحركات وفقاً للعوائق (خلال مسار معيّن تكييف وتغيير الحركة بحسب العوائق: زحف تحت الطاولة، تخطّي الحاجز...)

٢. التوتّر العضلي

١- تعريفه

التوتر العضلي هو حالة الانقباض الطفيف والدائم للعضلات، وهو يضمن توازن الجسم أثناء الراحة والحفاظ على الوضعيات الجسدية المختلفة. إنّ إمتلاك توتر عضلي يمكّن الطفل من الوقوف والتحرك بشكل جيد. فهو يضمن وضعية جسدية سليمة إذ إنه يسمح للجسد بمقاومة تأثير الجاذبية.



وبفضله تكون العضلات جاهزة للعمل والتحرك عندما يحتاج إليها الطفل.

يتأثر التوتر العضلي بالحالة العاطفية وبالمعلومات التي يتلقاها الطفل من خلال الحواس.

أما الوضعية الجسدية فهي إبقاء الجسم في وضع معين من خلال نشاط العضلات الدائم. تتأثر هذه الوضعية بالقدرة على تحديد موقع الجسد وحركته. للوضعية الجسدية قيمة تواصلية تفاعلية مهمة.

التوتر العضلي والوضعية الجسدية هما من أسس المهارات الحركية. وهما أيضاً عنصران مرتبطان بشكل مباشر بالحالة العاطفية وقدرة التعبير عنها. لذلك، تُعدّ مراقبتهما وفهم تطورهما أمراً بالغ الأهمية.

٢- مراحل تكوينه

يتطور التوتر العضلي تدريجياً ابتداءً من مرحلة الطفولة المبكرة. يتم هذا التطور في اتجاهين: من الرأس إلى القدمين ومن وسط الجسم إلى أطراف اليدين (الأصابع). ثم يُطور الطفل تدريجياً، مع تزايد الخبرات المختلفة التي يقوم بها، عضلات بطنه وكتفيه وذراعيه ومرفقيه ويديه وأصابعه.

٣- تأثيره على التعلم

- تنشيط الحركة وتسريعها وبالتالي تحفيز الطفل على اللعب والقيام بعلاقات مختلفة.
- تمكين الطفل من التحكم بوضعية الجلوس بطريقة متوازنة ما يسهل عملية الكتابة.
- مساعدة الطفل على مسك القلم عند رسم الخطوط والأحرف ومن ثم الكلمات.

٤- بعض الأنشطة لتحفيز التوتر العضلي:

- التمييز بين حالات توتر عضلي مختلفة من خلال تمارين الإسترخاء.
- القيام بعدة تحركات (مشي، جري، ركض،...) محافظاً على التوازن.
- القيام بحركات تتطلب وضعية عضلية مختلفة (دفع، سحب، رمي، التقاط...).

٣. الجانبية

١- تعريفها

الجانبية هي سيطرة جهة محددة من الجسم. تظهر هذه الجانبية عند الطفل بأفضلية استخدام جهة واحدة من جسمه وينطبق ذلك على الأعضاء الأربعة: يد، رجل، عين، وأذن.



تُعتبر السيطرة اليدوية هي الأهم والأكثر تأثيراً على المهارات التعليمية. نلاحظ إن اليد اليمنى هي الأكثر سيطرة عند الفئة الأكبر من المجتمع لذا تخضع إلى تأثير اجتماعي وثقافي قوي (معظم الألعاب والأدوات مصممة بشكل عام للأشخاص الذين يستخدمون اليد اليمنى (مقص، فتاحة علب، مسكة الأبواب، إلخ). تلعب الروضة دوراً حاسماً في العمل على إدراك اليد المسيطرة من قبل الطفل بشكل دقيق بعيداً عن ضغوطات الأهل والمحيط.

إن إدراك الطفل لجهته المسيطرة يُشكل ركيزة أساسية لمعرفة المفاهيم المكانية «يمين» و«يسار».

يمكن للسيطرة أن تكون من جهة اليمين أو اليسار وفي بعض الأحيان، يمكن أن تكون الجانبية متجانسة؛ حينها، يتمكن الفرد من استعمال الطرفين بطريقة متوازنة.

٢- مراحل تكوينها

تعتمد الجانبية على تطور التصور الجسدي وتشكل في الوقت نفسه ركناً قوياً لهذا التصور، إذ إن إدراك نصفية الجسد يمكن الطفل من توجيه أفضل لأعضائه في المكان أي في البيئة المحيطة به. تكتمل الجانبية مع النمو الجسدي وتتلور في عمر ٦ إلى ٧ سنوات.

٣- تأثيرها على التعلم

- معرفة المصطلحات المكانية لإستخدامها عند تعلم إتجاهات الأحرف ومن ثم الكلمات للتمكن من كتابتها.
- التمييز بين اليمين واليسار للتمكن من إدراك إتجاه القراءة والكتابة الخاص بكل لغة.
- القدرة على إمساك القلم والتحكم به عند الكتابة.

٤- بعض الأنشطة لتحفيز الجانبية

- إقتراح تمارين يدوية تتطلب إستخدام يد واحدة وحث الطفل على إكتشاف اليد التي كان أسهل استخدامها: تقطيع، رمي الكرة لإصابة هدف، إدخال خرز في أنبوب، إلخ.
- إقتراح تمارين للرجلين تتطلب إستخدام رجل واحدة وحث الطفل على إكتشاف الرجل التي كان أسهل استخدامها أو الرجل الأقوى أو الأسرع: ركل الكرة، دفش علبة فارغة نحو الهدف، القفز على رجل واحدة، إلخ.

٤. المهارات الحركية

١- تعريفها

تُعتبر الحركة عمل أساسي في نمو الطفل واستقلاليته، فهي تسمح له بالتنقل في محيطه والتأقلم مع تطلباته. بالتالي يسمح إكتساب الحركة الكبيرة بتطوير إدراك الطفل للمكان القريب والبعيد ما سيمكّنه من تعلّم المفاهيم المكانية. بالإضافة إلى أن إدراكه لسرعة تحركاته وتسلسلها ستمكّنه من إكتساب المفاهيم الزمانية.



تتشكّل المهارات الحركية من:

- التنسيق الحركي: الإنجاز المنظم والتسلسل المتناغم للحركات خلال المشي والجري والقفز، وأيضاً خلال التسلق والزحف والسباحة وما إلى ذلك. يمكن لهذا التنسيق أن يحدث بين الأعضاء كافة، كما أنه ممكن أن يكون بين الجهة اليمنى واليسرى من الجسد (مثلاً: تكامل العمل بين اليدين لقص ورقة إذ أنّ يداً تمسك بالورقة والأخرى تتحكم بالمقص) أو بين الأطراف العلوية والسفلية منه (مثلاً: التصفيق باليدين والقفز بالوقت عينه).
- التوازن الثابت هو الحفاظ على وضعيّة معيّنة وضبطها عند إيقاف الحركة أو عند غيابها.
- التوازن الديناميكي هو الحفاظ على وضعيّة معيّنة وضبطها أثناء الحركة.
- التآزر البصري-الحركي هو التكيف والتنسيق بين البصر وحركة اليدين. نرى هذا الشكل في نشاطات التقطيع، والبناء بمواد

صغيرة الحجم (مكعبات على سبيل المثال)، والتلوين داخل مكان محدد، وأخيراً في الكتابة على خط مستقيم أو بين سطرين.

٢- مراحل تكوينها

يبدأ نمو الحركات الكبيرة والصغيرة منذ الولادة. تكون الحركات في البدء لإرادية وتتطور لتصبح أكثر تنظيماً ودقة مع التقدم في السن. بين عمر السنتين والست سنوات تتبلور أهم القدرات التي تعتبر ركيزة الحركة الجسدية لدى الطفل.

لذلك كلما اكتسبت هذه المهارات بوقت مبكر كلما امتلك الطفل بنية جسدية تمكنه من التقدم نحو اكتشافات وتجارب جديدة. تلعب مرحلة الروضة دوراً أساسياً في تقديم مساحة للأطفال لتمكّنهم من اختبار أجسادهم وتعلّم كيفية العيش معها والتحكم بها.

٣- تأثيرها على التعلّم

- تنمية الإستقلالية الذاتية.
- الكتابة ضمن مساحة محددة أو على خط مستقيم.
- التحكم بوضعيات الجسد عند الكتابة.
- إمتلاك السرعة والدقة في تنفيذ المطلوب من حركات شاملة (لبس الثياب، تنظيف اللوح، إلخ) وحركات دقيقة (كتابة، قص رسم مُحدد، إستخدام المسطرة، إلخ).

٤- بعض الأنشطة لتحفيز المهارات الحركية

- المشي مع تخطي عقبات موضوعة أمامه.
- التنقل (مشي، قفز، ركض...) ضمن مساحة غير محددة حيناً ومحددة حيناً آخر.
- اختبار الحركة عينها بأنماط مختلفة: (ببطء، بسرعة أكبر، بسرعة كبيرة).
- رمي الأشياء في سلة.

ه. التّظيم المكاني والتّحليل البصري المكاني

ا- تعريفه

إن المكان ركيزة أساسية للطفل إذ يسمح له أن يتكيّف مع بيئته المحيطة من خلال تحديد مكانه. وتنظيم حركته مما يدعم العلاقات والتّواصل مع الآخرين. إن مفهوم المكان ينمو من خلال خبرات الطفل الحركية والحسية الناتجة عن خبراته المتعددة.



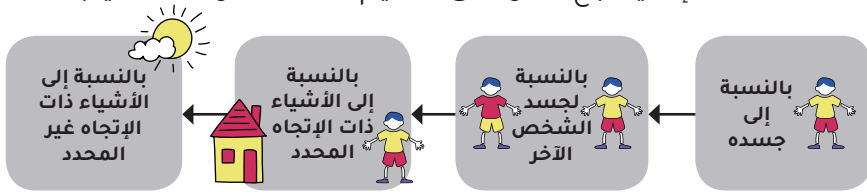
يشكّل التّظيم المكاني القدرة على تحديد، توجيه، تنظيم وتصميم الأشياء من العالم القريب والبعيد. كما أنّه يتيح إمكانيّة بناء عالم حقيقيّ أو خياليّ مصوّر (مثلاً: بناء منزل، مزرعة، قلعة...).

- يتمّ تعلّم المفاهيم المكانية على عدة مراحل:
- العيش في المكان: حيث يختبر الطفل المكان ويكتشف مساحته وحدوده والأشياء التي تكوّنه.
- معرفة وإدراك المفاهيم المكانية: يتعلّم الطفل المفاهيم المكانية من خلال تجاربه بحيث يستطيع استخدامها لتحديد مكانه ومن ثمّ مكان الآخرين.
- التوجه المكاني: يستطيع الطفل إتباع إرشادات مكانية لتوجيه جسده أو الأشياء التي تحيط به.
- التّظيم المكاني: يستخدم في هذه المرحلة معرفته للمفاهيم والتوجهات في المكان ويطبّقها بهدف تحريك أو عمل محدد.

يشمل أيضاً تنظيم المكان مهارات التّصوّر البصري المكاني وهي عملية استيعاب ومعالجة ما يراه الفرد، وتنظيمه في الدّماغ، وفهمه. هي تسمح باكتشاف الفرق بين الرّموز والصّور والحروف والأرقام والأشكال والكلمات. كما أنّها تتيح التمييز بين الكلمات أو الأرقام المتشابهة بصريّاً. القراءة من أكثر الأمثلة شيوعاً عن أهميّة الإدراك البصري في العمليّات المعرفيّة. إنّ النّظر إلى كلمات الكتاب والقدرة على فهم تسلسل الأحرف هو تجسيد للإدراك البصري.

٢- مراحل تكوينه

- يتطور التنظيم المكاني على أربع مراحل:
- المرحلة الأولى: يتعاشي الطفل مع ما يفرضه عليه محيطه قبل أن يتعلم المشي. فهو لا يمتلك بعد القدرة على الإكتشاف بمفرده. يتأقلم مع التحركات التي يقدمها له الآخر.
- المرحلة الثانية: يختبر الطفل محيطه من خلال عيشه في المكان واكتشاف ما يحيط به. سيجد متعة في اختبار الأحاسيس المكانية المختلفة (الزّمي، والقفز، والتسلّق).
- المرحلة الثالثة: يقيم الطفل علاقات مع محيطه ويدرك المفاهيم الأساسية ويتعلم فرز الأشكال وتنظيمها.
- المرحلة الرابعة: يتمكّن الطفل من حفظ توجّهات مكانية والتحدّث عنها. كما إنه يصبح قادرًا على تنظيم المساحة وفقًا لاحتياجاته.



يتطور تعلّم المفاهيم المكانية إنطلاقاً من معرفتها وادراكها بالنسبة إلى جسد الطفل، من ثم بالنسبة إلى جسد الآخر، وبعدها بالنسبة إلى الأشياء ذات الاتجاه المحدد أو غير المحدد.

٣- تأثيره على التعلّم

- معرفة الاتجاهات مثل فوق وتحت، يمين ويسار لتنفيذ العمليات الحسابية ومعرفة من أين يبدأ الجمع أو الطرح.
- تنمية القدرة على إدراك ومن ثم رسم الأشكال الهندسية.
- معرفة الإتجاه الخاص بكل لغة.
- تنمية القدرة على تحديد موقعه ليجد طريقه.
- تمييز بين النماذج القريبة بصرياً.
- معرفة الأحجام وتصنيفها: كبير، وسط، صغير.
- تحديد إتجاهات الأحرف المتشابهة بصرياً مثل: ن/ب.

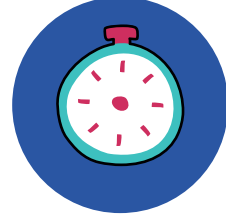
٤- بعض الأنشطة لتحفيز التنظيم المكاني:

- توجيه الجسد في المكان حسب مفاهيم مكانية مختلفة.
- التنقل بحسب إرشادات مكانية.

- حفظ طريق معين وإعادة المرور به.
- تحديد عدد الخطوات وحجمها للتنقل بين نقطتين.

٦. التّظيم الزّماني

١- تعريفه



يُعتبر الزمان مفهوماً مجرداً غير محسوس لذا يصعب على الطفل فهمه بسهولة. تكمن أهميته في كونه منظّم أساسيٍّ يسمح للأطفال بتنظيم تصوّراتهم للعالم، لجسدهم ولبينّتهم، كما يساعد على التحكّم بالتصرّفات والأفكار. الوقت ليس بنية فطريّة ولكنه يكتسب ويتطوّر بفضل الخبرات الحسيّة والحركيّة والعلاقات مع الآخرين. لا يمكن فصل البنية الزمنية عن البنية المكانية فكل حركة تتمّ في مكانٍ وزمانٍ معيّن.

للوقت ثلاثة مكوّنات هي:

- النمطية (يدرك الطفل تكرار الفصول والأيام والأعياد).
- التسلسل والترتيب (يستطيع الطفل إستعمال العبارات الزمنية مثل بعد وقبل والتمييز بين الماضي والحاضر والمستقبل).
- المدة (يدرك الطفل المدة الزمنية بين حدث وآخر فيستطيع تقدير عدد الدقائق أو الساعات أو الأيام، إلخ).

٢- مراحل تكوينه

لتطوير تنظيم زمنيّ جيد لدى الطفل، يجب عليه أولاً أن يدرك بفضل عائلته ومربيّه، معايير النظام والتتابع. يتمّ ذلك عندما يعيش أحداثاً تتكرر بانتظام. على سبيل المثال، وقت وجبات الطعام، وقت سرد القصص، وقت النوم، الطقوس الصباحيّة في الروضة، الجداول الزمنية والروتين الثابت.

لذا يُعتبر احترام انتظامٍ معيّن في حياة الطّفل في عمر مبكر (دون عمر خمس سنوات) مهمّ جدّاً. كما أن العودة المنتظمة لتسلسلٍ معيّن من الأحداث تمكّنه من فهم الوقت الدّوري، من خلال مفاهيم الأسابيع وعطلات نهاية الأسبوع والأشهر والمواسم التي تتتابع وتعود.

بالإضافة إلى مفهوم المدة الذي يُعتبر حاجة مهمة للفهم لدى الطفل؛ مثلاً مدة اللعب، مدة حصّة النشاط، مدة الانتظار لتجهيز الطعام. يمكن لإدراك المدة أن يكون ذاتياً فهي ممكن أن تبدو أطول أو أقلّ بحسب حالة الأطفال العاطفيّة ومشاعرهم.

هذه المكونات الثلاثة تسمح للطفل بفهم عنصر الإيقاع. لدى الطفل إيقاعات داخلية (قلبيّة، وتنفسية، وهضميّة...) ويجب أن يتبع إيقاعات خارجية كإيقاع والديه وأصدقائه وروضته على سبيل المثال. تسمح الإيقاعات بالشعور بالسيطرة على الوقت وتساعد الطفل على إجراء تعديلات سلوكيّة ليتكيّف مع البيئة المحيطة به. يُعدّ تكييف الإيقاع، والتّباطؤ، والإسراع والتوقّف من الأسس المهمة جدّاً للتعلّم (مثلاً: القراءة ببطء أو بسرعة، واللعب بالنغمات الصوتيّة...).

٣- تأثيره على التعلّم

- القدرة على إنتظار دوره أو الانتظار حتى النهاية.
- القدرة على التحكم بنمطه لتسريعه أو لتبطّئته بحسب الحاجة.
- التحكم بنمط القراءة أخذاً في الاعتبار التوقّف أو التباطؤ عند النقاط والفواصل.
- التمكن من سرد أحداث يومه من خلال اتّباع التسلسل الزمني المناسب (مثلاً: إعادة تركيب قصة عن طريق بطاقات متسلسلة).
- فهم تسلسل قصة يسردها احدهم.
- إحترام تسلسل وترتيب الأحرف داخل الكلمة والكلمات داخل الجملة.

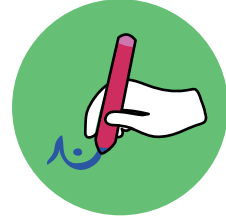
٤- بعض الأنشطة لتحفيز التّنظيم الزمني:

- حفظ عدة حركات جسدية متتالية وإعادتها.
- إعادة تمثيل أحداث قصة مراعين تسلسلها.
- ترتيب مجموعة صور تدل على تطور زمني معين.
- إعادة لعب أنماط موسيقية معينة: ... - ... - ... - ... - ... - ...

٧. الحركة الدقيقة والكتابة

١- تعريفها

على عكس المهارات الحركية الشاملة، التي تسمح للطفل بالتحكم في أعضاء جسده، فإن المهارات الحركية الدقيقة تتعلق بحركات اليد والأصابع. إن تطورها سيسمح له أولاً بإكتساب استقلالية (ربط حذائه، الأكل بمفرده، تمشيط شعره) ومن ثم إكتساب مهارات الرسم والكتابة التي تعد ركناً أساسياً في حياة الطفل المدرسية (في الروضة) وتعلّمه.



تلعب المهارات الحركية الدقيقة دوراً حاسماً في التعلّم، لا سيما من خلال الاستخدام الوظيفي للأدوات (القلم، المقص، المسطرة، المربع، המחاة، الأزرار، أدوات المائدة، الأربطة، إلخ): إن استخدامها يُعتبر حاجة دائمة في الروضة (الرسم، القطع، الكتابة...).

أولاً، تتكون الكتابة من عنصرين أساسيين: العنصر الحركي والعنصر الإدراكي:

- العنصر الحركي (الإستخدام الدقيق لعضلات ومفاصل الأطراف العليا والتنسيق البصري-الحركي إلى جانب نشاط عضلي سكوني هدفه تثبيت الجسم في وضعية ما وتنظيم التوازن).
- العنصر الإدراكي (يتعلق بتمييز الأشكال ومميّزات الأحرف وفهم المضمون).

ثانياً، تتأثر الكتابة بعدة عوامل: داخلية وخارجية

- العوامل الداخلية (المهارة اليدوية، مهارة الأصابع، الجانبية، التآزر البصري الحركي، والإدراك البصري).
- العوامل الخارجية (وضعية الجلوس، وضعية الورقة، تآزر حركة مفاصل اليد ومسكة القلم).

٢- مراحل تكوينها

من رسم الخطوط الى الكتابة

العمر	النتائج اليدوية في رسم الخطوط و الكتابة
٣-٤ سنوات الروضة الاولى	• التّمرّن على إمساك القلم • القبض بثلاثة أصابع غير مكتمل • نسخ نموذج، شكل من الأشكال
٤-٥ سنوات الروضة الثانية	• مواجهة السبابة والإبهام واكتساب قدرة حركة اليد • التّمرير على الاسم بالإصبع، بالريشة، بالقلم العريض، بالقلم الرّفيع وبقلم الرّصاص
٥-٦ سنوات الروضة الثالثة	• يمسك القلم بطريقة صحيحة • يتحكم باتجاه رسم الخطوط • يطور مهارة اليد المسيطرة

٣- تأثيرها على التعلّم

تصبح الكتابة ممكنةً عندما يدمج الطّفل مع مهاراته الحركيّة حروفًا أو كلماتٍ يدركها بصريًا أو يحفظها. من هنا أهميّة تطوير جميع المجالات النّفس - حركيّة في الرّوضة قبل أن يُطلب من الطّفل كتابة حرف أو كلمة (من خلال معرفة التصور الجسدي، الجلوس جيدًا وبطريقة ثابتة، تطوير المهارات اليدوية لإمساك القلم بشكل صحيح، ومعرفة المفاهيم المكانية لتوجيه القلم على الورقة...).

٤- بعض الأنشطة لتحفيز الحركة الدقيقة والكتابة:

على المستوى الحركي، من الصّورة تطوير المهارات الحركيّة العامّة لتمكين الطفل من اتّخاذ وضعيّة صحيحة عند الكتابة، الوصول إلى طريقة مناسبة للإمساك بالقلم من خلال تنقل المعصم بسلاسة والدّقة في الحركة اليدوية.

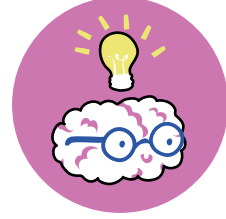
- ألعاب التقاط الكرة
- ألعاب التصويب نحو هدف
- لعبة صيد السمك
- أنشطة القص، التركيب، تعبئة الخرز، المعجون، إلخ

• الرسم على الرمل، على البرغل... مستخدمين الأصابع أو العصا أو القلم...

٨. الوظائف التنفيذية

١- تعريفها

هي وظائف توجيهية تسمح للطفل بأن ينجز المهمات المطلوبة، وبتحديد الأهداف واستراتيجية تحقيقها، وبالتحكم بكيفية تنفيذ العمل وحصد نتائجه.



يتم استخدام هذه القدرات للتعامل مع المعلومات وتسجيلها وإعادة تجميعها والحفاظ على الانتباه وتقليل التششت من أجل إنجاز أي عمل. لذلك، فهي ضرورية للنجاح الأكاديمي ويستند الطفل عليها في جميع المجالات، سواءً على المستوى المعرفي أو الاجتماعي أو العاطفي. ترتبط الوظائف التنفيذية بطريقة وثيقة بتنمية مهارات القراءة، فهم المقروء، والقواعد والرياضيات، وبالتالي من المهم تحفيزها ابتداءً من صفوف الروضة.

تشمل هذه الوظائف:

- الكبح (inhibition motrice): هو القدرة على التحكم بالسلوكيات والعفوية (عدم التسرع عند الإجابة، انتظار الدور، التفكير أو الاستماع إلى التعليمات قبل الرد باندفاع).
- التخطيط وحلّ المسائل: هو القدرة على تقطيع عملٍ معقّد إلى إجراءات بسيطة ومنظمة تسمح للطفل بحلّ المسألة.
- المرونة الذهنية: هي القدرة على التّقل من طريقة معالجة إلى أخرى.
- الذاكرة العملية: هي القدرة على تخزين المعلومات لبضع ثوانٍ ومعالجتها للاستخدام الفوري.
- الإنتباه: القدرة على التركيز على شيء مثير سواء كان هذا المثير حسيّاً أو معنوياً وهو المحدد الأساسي للسلوك.
- التنظيم الذاتي للسلوك: هو القدرة على تعديل السلوك وتكييفه وأخذ القرارات في المواقف التي تتضمن عناصر تحفيزية وعاطفية قوية. وهو يتيح فهم العواقب الإيجابية أو السلبية للأفعال وتكييف السلوك (مثلاً احترام الوقت المطلوب لإنجاز مهمة، التركيز وعدم التفكير في أشياء أخرى أثناء القيام بنشاط ما...).

٢- مراحل تكوينها

ليست هذه الوظائف فطرية ولكن يولد الأطفال مع القدرة على تطويرها. تستطيع الروضة تسهيل تطوير الوظائف التنفيذية للطفل من خلال تثبيت روتين معين وعرض سلوك اجتماعي حسن كي يتعلم منه الطفل. كما على المربين تقديم بيئة داعمة يثق بها الطفل. من المهم أيضا تطوير مهارات الأطفال من خلال أنشطة تعزز اللعب الإبداعي والتواصل الاجتماعي.

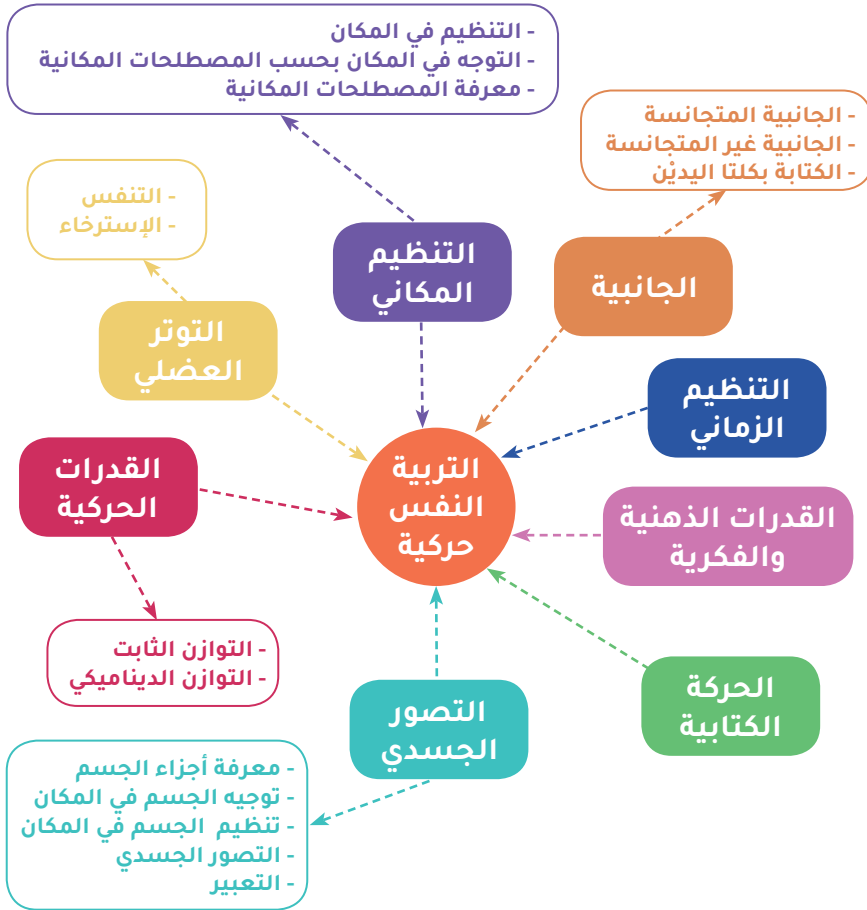
٣- تأثيرها على التعلم

- الانتباه السمعى والبصرى أساسى في جميع مراحل التعلم.
- الانتباه إلى مهمتين في وقت واحد (المهمة المزدوجة، الاستماع والكتابة: يجب أن يكون الطفل قادرا على عمل تلوين مرقم، أو إظهار الصور التي ذكرتها المربية في وقت واحد...).
- تخزين المعلومات وتعليمات المربية.
- تعتبر كل الوظائف التنفيذية أساسية في تعلم الرياضيات: التحديث في ذاكرة العمل، المرونة الذهنية، وحلّ المسائل. وبالتالي، فإن الأطفال الذين يتمتعون بمهارات تنفيذية أفضل، هم أيضا الأطفال الذين يتمتعون بأفضل أداء في تمارين الرياضيات.
- أخيرا، في التعلم العام: تحديث ذاكرة العمل اللفظي والمرونة العقلية (مثلا: تكرار العدديّة، تمارين لتمييز الأصوات...).

٤- بعض الأنشطة لتحفيز الوظائف التنفيذية:

- النظر إلى أغراض موضوعة على الطاولة ومحاولة تذكرها بعد إخفائها أو تذكر القسم الذي خبأته المربية.
- مقارنة رسمين وتحديد الفروقات.
- الركض ومن ثم التوقف كليا عند سماع تصفيق المربية.

خلاصة: رسم يترجم ويلخص أهمية التربية النفس حركية



الجانبية المتجانسة:

يحدث الاتجاه الجانبي المتجانس عندما تهيمن اليد والقدم والعين والأذن على الجانب نفسه من الجسم (يساراً أو يميناً).

الجانبية غير المتجانسة:

يُعتبر التقاطع الجانبي بين اليد والعين هو الأكثر دراسة وغالباً ما يكون مرادفاً لمشاكل التعلم، خاصة في عملية القراءة والكتابة.

يجب تمييز الجانبية غير المتجانسة عن الاتجاه الجانبي غير المرضي، والذي يتكوّن من قلب طرف أو أكثر على حساب ميل الطفل الطبيعي (على سبيل المثال، طفل أعسر مجبر على تعلم الكتابة باليد اليمنى).

الكتابة بكلتا اليدين:

من ليس أعسرًا ولا أيمنًا، يمكنه استخدام كلتا يديه بنفس البراعة.

٣. تفسير عملي لمضمون الحقيبة

١. أهداف التربية النفس حركية:

تهدف حصص التربية النفس - حركية في الروضة إلى التوعية والتعلم:

- تساعد الطفل على تقييم علاقته مع جسده من خلال حركته ما يحفز مهاراته الحركية والذهنية والعلائقية اللازمة لتعلم القراءة والكتابة والرياضيات:
- تعزز الدافعية والالتزام: يميل الأطفال إلى الانخراط بشكل مكثف في حصص التربية النفس - حركية لأن النشاط الحركي هو الأسلوب المفضل للتعبير عن الذات في مرحلة الروضات.
- تعزز الانتباه والتركيز: سيهتم الطفل بالعمل وسيكون مشغولاً تماماً بهذه المهمة، لأن الألعاب الحركية هي مركبات تعلمية قوية للأطفال في مرحلة الروضات.
- تحث على الاستكشاف: عن طريق النظر، السمع، اللمس، والحركة. خلال اكتشافاته، سيستخدم الطفل حواسه وسيكتسب المزيد من المعلومات، مثلاً من خلال تحسس شيء، سيكتشف الطفل لونه وحجمه ووزنه وملمسه...
- تثير الفضول لدى الطفل: أثناء النشاط، سيستخدم الطفل استراتيجية حل المشكلات من خلال اختبار النجاح أو الفشل في تجاربه. سيتحقق ويقارن للوصول إلى تصور موضوعي: مثلاً، من خلال وضع نفسه في أماكن مختلفة في القاعة، سيتمكن الطفل من تخيل ما يراه الطفل الآخر وسوف يصل إلى اعتماد ما هو مناسب فيكتسب خبرات جديدة في الوصول إلى الحل.
- تعزز القدرات الاجتماعية المعرفية، إذ من خلال الأنشطة، سيتحاور الأطفال مع بعضهم البعض وسيبادلون وسيقلدون وسيقارنون أفعالهم بالآخرين.
- تعزز الذاكرة لأن الطفل سيتذكر المفاهيم من خلال المواقف التي يعيشها.
- تمكن الطفل من التعرف على مهاراته ما يجعله قادراً على القيام بالألعاب الرمزية وتنمية قدرته على الإبداع والاختبار والابتكار.
- تعزز اللغة والمفردات التي تسمح بوضع تصور لحالة معاشة: على سبيل المثال، لغة الجسد لمختلف أوضاع الجسد أو موضع الجسد

في ما يتعلّق بالمكان. هذا يسمح للطفل بنقل مهاراته إلى مواقف أخرى. عند ختام الحصة يتم التعبير الجسدي الإبداعي أو الكلامي ما يعزز تكامل المفاهيم التي تم العمل عليها.

• تطور المهارات الحركية من خلال ممارسة تنسيق الوظائف الحركية المختلفة عن طريق اختبار حركة ووضعية جسمية جديدة.

١١. نصائح وإرشادات تربوية لدعم الطفل في تعلّمه:

- يجب أن تكون الحصص نشطة وأن توفر بيئة ممتعة للطفل. على المربية أن تكون ديناميكية وفرحة. كما عليها أن تنمي إبداع الأطفال وخيالهم بفضل الأجواء التي يتم بثها خلال الحصة.
- يجب أن تحترم المربية عملية نضج الأطفال وقدراتهم؛ الأنشطة التي تتطلب مجهوداً يجب أن تأخذ بعين الاعتبار نضج الأطفال وإمكانياتهم الجسدية.
- تكرار التمرين مما يساعد الطفل على إيجاد طرق مختلفة عن طريق التجربة والخطأ. تصبح الحركة آلية، وتساهم الذاكرة العاملة في تطوير الحركات.
- تقديم مواقف مليئة بالتحديات حيث تكون الحرية والمرح واللعب ضرورية للطفل للتقدّم في مهاراته الحركية.
- تشجيع الأطفال بطريقة سلسلة واختبار تغيير الحركات: يظهر التنوع في قيام الأطفال بحركات جديدة أو تعديلات على الحركات العفوية عندما نمح الفرصة للصغار للتنقل بشكل تلقائي وحرّ ونصبح أكثر انفتاحاً وقدرةً على فهم كل ما نريد تعليمهم إياه.
- إعطاء التعليمات من خلال تقديم عرض مرئي أمام الأطفال: التدريب على وضع الأطفال أمام نموذج واضح.
- التعاطف مع الأطفال ومراقبتهم يسهّل فهمهم بشكل أفضل: إذا كان الطفل يعاني من صعوبات حركية، نقدم له المساعدة الفردية ويمكن إبلاغ الوالدين وإرشادهما لمساعدة الطفل في نموّه.
- رفع مستوى الوعي: على المربية أن تطلب من الطفل أن يعبر بالكلمات عن تجربته أثناء الأنشطة وأن يصف ما يحدث له (مررت تحت الجسر، أقفّ على اللوح، أدخل رأسي ويدي في الإطار أولاً، أركض في جميع أنحاء الغرفة، أشعر أنّ الكرة تلمس ذراعي...).
- إعطاء المعلومات ومعرفة كيفية الانتظار: على المربية أن تحترم نمط كلّ طفل.

• أثناء تنفيذ الأنشطة، يجب ألا تقتصر فقط على ما هو مكتوب. على المربية أخذ زمام المبادرة للتكيف مع احتياجات الأطفال وإمكانياتهم وقدراتهم الإبداعية، مع مراعاة هدف الحصة وتدرج التمارين.

١١. البرنامج السنوي:

تقدم هذه المجموعة برمجة سنوية للمراحل الثلاث وفقاً لعمر الطفل ومستوى الصف: الروضة الاولى، والروضة الثانية، والروضة الثالثة.

هذا البرنامج تدريجي، يعتمد على نضج الطفل وقدراته الجسدية والمعرفية والاجتماعية، ووفقاً للمحاور الثمانية للمهارات النفس حركية. كما إنه يأخذ في الاعتبار الأهداف التعليمية والمهارات المطلوبة في نهاية مرحلة الروضات. سيتم توزيع وتصميم هذه الأنشطة، وسيكون تنفيذها على فترة ٩ أشهر.

تساعد هذه البرمجة المربية على تخطيط المهارات وأهداف محاور التربية النفس الحركية المختلفة، خلال الفصول الثلاثة من العام.

نقترح هذا التدرج، لثمانية محاور للتربية النفس حركية في وقت واحد، شهرياً.

من المستحسن أن تقوم المربية بتطبيق محورين على مدار الأسبوع مع تكرار الأنشطة، أو تطبيق كل محور كل أسبوع حتى تستكملة. هذه الطريقة فعالة للغاية لأنه بالنسبة للأطفال، يجب أن تتبع الأنشطة بعضها البعض في وقت معين.

ومن جهة أخرى، وبحسب الجدول الزمني لكل روضة، تخطط المربية لإكمال كل تسلسل للمحور الواحد والانتقال إلى محور آخر.

يجب أن يكتمل تسلسل المحاور المخطط له لمدة ٣ أشهر في نهاية كل فصل من السنة الدراسية.

١٢. بطاقات التطبيق، وصف ومسار نشاط نموذجي:

هناك ٨ محاور للتربية النفس-حركية، يشار إلى كل محور بلونٍ ورمزٍ

معين. سييسهل هذا التصنيف على المربية العثور على المهارات والأهداف المطلوبة في الأنشطة النفس-حركية.

يتم تنفيذ بعض الحصص في الصف والبعض الآخر في قاعة الأنشطة النفس حركية أو أي مساحة أخرى تسمح بالعمل للوصول إلى نفس الأهداف التعليمية.

(١) الطريقة المتبعة لبداية كل حصّة:

التّرحيب بالأطفال، عرض الإطار المكاني للحصّة والأشخاص الذين سيكونون موجودين. يتم في هذه الفترة إطلاق الحصّة بتمارين تحضيرية للنشاط. في كل حصّة يتم تذكّر ما حصل خلال الحصّة السابقة. على المربية الاستماع إلى الأطفال وإلى معلوماتهم خصوصاً إذا كان تمرين الانطلاق هو مقدمة للتفكير والوصول إلى الجواب. مثلاً: كيف بإمكانني عبور هذا المسار؟ أو كيف أستطيع إستعمال هذا الطوق؟ عادة تكون الأسئلة مصوبة لتمكين الأطفال من إيجاد الأجوبة المختلفة.

(٢) مسار التطبيق:

- المربية موجودة دائماً بين الأطفال تتواصل معهم. تراقب بطريقة شاملة لضمان سلامة الجميع والاستجابة لطلبات الأطفال.
- تتبع الأنشطة في جميع الحصص مساراً واضحاً، فهي تزداد ديناميكية ونشاطاً تدريجياً لتخفف خلال النشاط الأخير.
- تقسم المراحل إلى تمارين تدريجية مرة، ويتم تنظيم الأنشطة في إطار ورش عمل مختلفة مرة أخرى.
- إذا وجدت المربية أنّ النشاطات صعبة، فعليها تكييفها أو تعديلها على الفور، أو على العكس من ذلك، إذا رأت أنّ الأنشطة سهلة للغاية، يمكنها إضافة قيود مع احترام الهدف المنشود للحصّة.
- النشاط الأخير هو دائماً العودة إلى الهدوء للتحضير للنهاية ويتطلب توتراً عضلياً مخفّفاً. يتضمن استرخاءً، أو مساراً حسيّاً حركيّاً هادئاً، أو رسماً حول النشاط...

(٣) الطريقة المتبعة لختام كل حصّة:

على الأطفال رسم أو ترميز الأنشطة والمسارات التي نفذت خلال الحصّة بالتسلسل الصحيح وإعادة تسلسل الحصّة بالإضافة إلى التعبير عن تجربتهم ومشاعرهم أثناءها. يقول البعض ما أعجبهم أو ما لم يعجبهم. ما كان سهلاً أو صعباً وذلك من خلال الأسئلة.

يجب على المربية الاستماع للأطفال ومراقبتهم. الأمر المهم ليس ما يقوله الطفل أو ما لا يقوله، ما يلعبه أو لا يلعبه بل كيف يقول، كيف يلعب وكيف يسأل. يعزز وقت التعبير والإبداع تكامل المفاهيم. ويساعد الطفل على تطوير ديناميكية حركته.

توصيات:

- تركيب وتجهيز الوسائل قبل وصول الأطفال (يمكن الطلب منهم المساعدة عند وضع أو إزالة الأغراض التي تستعمل خلال اللعب).
- احترام مدّة كل مرحلة.
- عدم استخدام موسيقى خلفية حتى لا تحدث ضوضاء، إلّا إذا كان النشاط يعتمد على أغنية حركية.
- إعادة و تكرار النشاط أو التمرين عدّة مرات.
- تستطيع المربية دمج تمرين في الحصّة، عليها فقط التأكد من أنه مرتبط بالهدف المنشود.
- في نهاية كلّ حصّة، يجب على المربية كتابة ملاحظات صغيرة حول أداء الأطفال للمهمّات حتى تتمكن من التقييم في آخر الفصل.

٧. التقييم: مؤشرات تقييمية للمربية واستمارة شبكة تقييم للأطفال

- تعتمد المربية على أداء الطفل لتقييمه.
- يتم تحضير شبكة التقييم آخر كل فصل من السنة وفقاً لاكتساب كل مرحلة من مراحل المحور.
- يتم الاكتساب النهائي للمهارة وفقاً لوتيرة نمو كل طفل. لا داعي للإنتظار حتى يتعلم جميع الأطفال مهارة لتقييمها.
- يجب على المربية أخذ الملاحظات حول أداء الأطفال للمهمّات في الحصة بعين الاعتبار حتى تتمكن من التقييم في آخر الفصل.

٧١. وسائل الدعم وكيفية استخدامها:

- يمكن تعليم المهارات الحركية في أنواع مختلفة من المساحات: قاعة التمارين النفس حركية، صالة الألعاب الرياضية، البيئة الطبيعية، الملعب، الصف، مع ضمان جوانب السلامة العامة للمساحة المقترحة.
- يجب تكييف المساحة مع عدد الأطفال لممارسة الأنشطة البدنية.

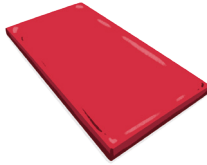
لضمان مساحة اللعب للجميع؛ وضع الحصير أو البسط على الأرض وتحديد المسافات بوضوح.

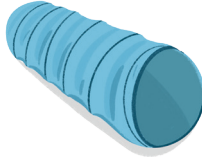
تركيب المسار:

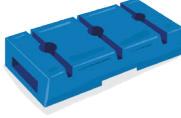
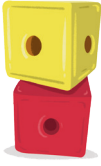
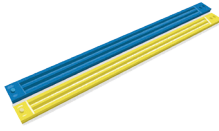
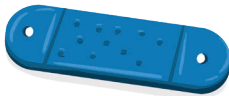
- إذا كانت المعدات الخفيفة سهلة النقل، يتم تثبيت الأدوات مع الأطفال أو خلال وجودهم، مع الحرص على ضمان السلامة العامة.
- إذا كنا سنقوم بتركيب الأدوات الكبيرة، خاصة للمسارات الطويلة، فمن الأفضل أن تتعاون مربيات الروضة على ذلك، حيث يجب تركيب المعدات في اليوم السابق حتى يتم الإستفادة منها من قبل جميع الشَّعب أو المجموعات. بالنسبة للأطفال الأكبر سنًا، يمكننا تعقيد المسار وإضافة المزيد من العناصر بحيث تكون التعليمات معقدة.
- يجب ضمان قوة ومتانة الأدوات المستخدمة وتكييفها للإستجابة مع المهارات المطلوبة.
- إذا كانت القاعة صغيرة، يفضل وضع مقاعد مقابل الحائط حيث سيجلس الأطفال بمجرد دخولهم القاعة لمراقبة المعدات أو المسار.
- إذا تم استخدام الفناء أو الشرفة الكبيرة، فيجب الحرص على توفير سلامة الأطفال.

وسائل الدعم وأفكار لاستخدامها:

في حال عدم توفر مواد الأنشطة النفس-حركية في الروضة يمكن استبدالها والإستعانة بوسائل أخرى متوافرة وتخدم الأهداف نفسها (علب احذية فارغة- حبال...)

للاسترخاء، للزحف والحبو.		فراش أو حصيرة
للاستخدام أثناء الحركة، أو القفز، أو الرمي.		حلقات صغيرة

للاستخدام أثناء الحركة، عقبات على أرض مسطحة، للقفز، للقفز العالي، للوثب العالي، لتحديد المسافات.		أطواق
للاستخدام أثناء الحركة، للدرجة، للقص، للرمي، للتقاط الكرة، للضرب على الأرض.		طابة، كرات عدة أحجام و أنواع، بالون النفخ
للمصعود والتسلق، والجلوس. للاستخدام أثناء الحركة، كعقبات المسار.		مقعد
للاستخدام أثناء الحركة في المسارات، عقبات على أرض مسطحة، للزحف والحبو.		نفق
للاستخدام أثناء المسارات كعقبات على أرض مسطحة، للزحف والحبو، والقفز، والمشي على العالي.		جسر
للاستخدام أثناء الحركة، الرمي، لتخبيئة الأغراض، للدفع والسحب والتخزين.		صندوق، علبة كرتون

للاستخدام أثناء الحركة، كعقبات خلال المسار، المشي، القفز، الحبو، للوثب العالي، لتحديد المسافات.		مكعبات كبيرة للتركيب
للاستخدام أثناء الحركة، كعقبات خلال المسار، القفز، للوثب العالي، لتحديد المسافات.		مكعبات صغيرة للتركيب
للاستخدام أثناء الحركة، كعقبات خلال المسار، للوثب العالي، لتحديد المسافات.		أقماع
للقفز العالي، لتحديد المسافات، لتركيب المجسمات مع بعضها البعض.		عصي للتركيب
للقفز العالي، لتحديد المسافات.		شرائح
للاستخدام أثناء الحركة، المشي على العالي، كعقبات خلال المسار.		ألواح للتركيب

للتحرك والمشي بتوازن، تعلّم التنسيق بين حركة اليدين والمشي.		ركائز للتوازن
للاستخدام أثناء الحركة والرمي والتصويب.		أكياس بذور
للاستخدام أثناء الحركة والرقص، وتمرين حركة اليد.		وشاح، أو شريط
للاستخدام أثناء الحركة، الرقص، والإشارات الصوتية (الدف، الهزازات)، لتعلّم اتباع الإيقاع الموسيقي، لتمارين التركيز السمعي، والذاكرة السمعية.		آلات قريع (الدف، الهزازات maracas، الطبل، الجرس...)
للاستخدام أثناء الرمي والتصويب.		بولينغ

٤. ملحق: تهيئة الطفل للكتابة

على المربية تهيئة الطفل للكتابة عبر عدّة أنشطة تقترحها في برنامجها ضمن الأنشطة الصفية مثلاً:

أنشطة لتنمية عضلات اليد والأصابع الصغيرة:

- التشكيل بالمعجون
- لعبة دمي الأصابع
- ملاقط الغسيل
- تمزيق وتجعيد الورق
- تنمية مهارة القص
- استخدام الخيط
- مهارات أخرى كعصر وتقشير برتقالة أو عصر اسفنجة ممتلئة بالماء، فكّ البراغي، فتح القفل بالمفتاح...
- الخدمة الذاتية
- إمساك القلم

أنشطة لتعلّم أنواع الخطوط ورسمها:

الهدف من تعليم الطفل أنواع الخطوط هو تهيئته للتدرب على كتابة الحروف والأرقام العربية والأجنبية ورسم الأشكال الهندسية وتمييزها.

ولأنّ الحروف تتشكّل من الخطوط، يؤدّي ذلك إلى أن يميّز الصّفل أنواع الحروف والأرقام بصرياً ويتمكّن من كتابتها بسهولة إذا وُصف له كيف يكتب الحرف أو الرقم وكيف تتشكّل الخطوط لرسم الشكل الهندسيّ مثل المثلث والمربع والمستطيل والدائرة.

تقترح المربية عدة أنشطة لتعلّم أنواع الخطوط. إعادة إنتاج الرسوم والخطوط من خلال تمرير الاصبع أو الرسم بالطباشير وأقلام الشمع (خطوط متعرجة أو مستقيمة، دوائر).

تدرّج تعلّم الخطوط في الروضة

النشاط الأول: إنتاج خطوط متواصلة وغير متصلة بحرية (خربشات، رسومات أولى غير محددة من المربية) في حوض رمل أو طحين. من

بعدها إنتاج الرسومات على ورقة كبيرة باستعمال الطباشير أو أقلام الشمع.

يجب ألا تؤثر المربية على إنتاج الطفل. لكل طفل الحرية برسم ما يريد حتى لو لم يتمكن من فهم الرسم.

على المربية أن تتأكد فقط من أن الأطفال لمسكون الطباشير أو أقلام الشمع بطريقة ملائمة.

لا نستعمل أقلام خشب صغيرة في هذه المرحلة.

النشاط الثاني: تشكيل بصمات على ورقة كبيرة بطرق مختلفة بالأيدي والأصابع وباستخدام عدة ألوان. يمكن صنع بصمة بطرف اليد أو بطرف الأصابع...

النشاط الثالث: تطبع على ورقة كبيرة بصمات بأدوات مختلفة: فرشاة، كرات، إسفنجة، طوابع... للطفل الحرية باختيار ألوان متعددة وطريقة العمل تكون حرة لتعزيز الابداع. يمكن توجيه الطفل فقط بالطريقة الحركية الإيمائية التي يستعمل فيها الأغراض، أفرك، أشد، أخذش...

النشاط الرابع: صنع كرات من المعجون وكرات من قطع صغيرة من الورق وتعليقها على ورقة دون ترك مناطق فارغة.

استخدام الإصبع لعمل نقاط من جميع الألوان على كامل الورقة. يجب على المربية تذكير الأطفال بأن النقاط يجب أن تملأ الورقة وأنه لا يجب ترك فراغات.

ثم رسم رسمة حرة من خلال النقاط باستخدام الإصبع والطلاء لرسم النقاط.

النشاط الخامس: صنع كرات من المعجون وكرات من قطع صغيرة من الورق ووضعها في الإطارات على ورقة مع الالتزام بالحدود.

استخدام الإصبع لعمل نقاط من جميع الألوان وملء الإطارات على ورقة. يجب على المربية تذكير الأطفال بالالتزام بالحدود.

النشاط السادس: إعطاء الأطفال العصي والقش وجعلهم يضعونها في جميع الاتجاهات على ورقة كبيرة. يجب على المربية التأكد من استخدام الأطفال عدة اتجاهات.

ومن ثم تمرير الأصابع وتسمية الخطوط العمودية والأفقية والمائلة.

النشاط السابع: صنع لفائف من المعجون وصنع خطوط في جميع الاتجاهات ولصقها على ورقة وتمرير الأصابع وتسمية الخطوط (عمودي - أفقي - مائل). استخدام فرشاة لرسم خطوط بالقرب من اللفائف على الورقة.

النشاط الثامن: وضع ورقة كبيرة بشكل عمودي ورسم خطوط عمودية عليها باستخدام فرشاة بوضع عمودي. رسم مثال واحد على الورقة من قبل المربية.

النشاط التاسع: لصق عيدان المعكرونة على الورقة بطريقة عمودية ورسم خطوط عمودية على المعكرونة باستخدام الطلاء والفرشاة. لفت انتباه الأطفال إلى أنها خطوط عمودية.

النشاط العاشر: لصق حبوب من مختلف الأنواع على خطوط عمودية. ثم لصق ملصقات. ثم رسم خطين عموديين بالطلاء.

النشاط الحادي عشر: رسم خطوط عمودية في حوض رمل أو طحين. ثم باستخدام الطباشير وأقلام الشمع رسم خطوط عمودية على ورقة. ثم رسم خطوط عمودية على ورقة فارغة باستخدام الطلاء.

النشاط الثاني عشر: استخدام الطباشير وأقلام الشمع لرسم خطوط عمودية على ورقة.

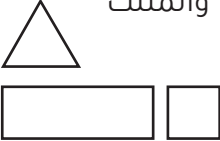
النشاط الثالث عشر: استخدام الطباشير وأقلام الشمع لرسم خطوط عمودية على ورقة ابتداء من النقطة في الأعلى وصولاً إلى النقطة في الأسفل.

النشاط الرابع عشر: استخدام الطلاء لرسم خطوط عمودية على ورقة ابتداء من الشكل في الأعلى وصولاً إلى الشكل في الأسفل. ثم رسم خطوط عمودية على ورقة فارغة باستخدام الطباشير وأقلام الشمع.

الرجاء التنبيه إلى:

- التنويع في الأدوات المستخدمة عند رسم الخطوط: ريشة، إصبع، على الرمل، قلم...
- البدء دائماً برسم الخطوط على مساحات غير محددة، ومن ثم رسم الخطوط ضمن مساحة محددة.

الرّوضة الأولى	الرّوضة الثانية	الرّوضة الثالثة
• النّقطة • الدّائرة • الخطّ العمودي • الخطّ الأفقي • الخطّ المائل • الدّائرة • الخطوط المقوّسة في الاتجاهين • الخطوط المقوّسة • الخط الحلزوني • السّهم	• الخطّ العمودي • الخطّ الأفقي • الخطّ المائل • الدّائرة • الخطوط المقوّسة في الاتجاهين • الخطوط المقوّسة • الخط الحلزوني • السّهم في الاتجاهين	• الخطّ العمودي • الخطّ الأفقي • الخطّ المائل • الخطوط المقوّسة • الخط الحلزوني • السّهم في الاتجاهين

• الخط المنكسر في الاتجاهين  • الخط المتموِّج  • المربّع والمستطيل والمثلث  • الشّكل البيضاوي  • رسم أو كتابة الحروف	• الخط المنكسر في الاتجاهين  • الخط المتموِّج 	
---	--	--