

## الفصل السادس

الأنشطة الحركية المناسبة للأطفال

الروضة ودور المعلمة في تنفيذها

عادة ما ينظر إلى الأنشطة الحركية في رياض الأطفال باعتبارها مجالاً منفصلاً

عن مجالات التعليم الأخرى التي تهتم بالنواحي المعرفية والعقلية واللغوية والاجتماعية .

كما أن المعلمات يتعاملن في أغلب الأحيان بصورة تعكس هذا الفهم ، أي برؤية مجزأة

حول الطفل من حيث أنه ينمو عقلياً بشكل منفصل عن نموه الجسمي وأنه لا يوجد ارتباط

أو تأثير متبادل لكل منهما علي الآخر .

كل الأطفال يحتاجون إلى رياضة الجري والقفز والتسلق والزحف وغيرها من

الأنشطة الحركية ، ومهمة المعلمة أن تهيئ لهم الفرص لممارسة هذه الأنشطة لإشباع

حاجتهم للحركة وتنمية عضلاتهم وإكسابهم المهارات

الحركية المناسبة ، وأن تراقب الأطفال أثناء ممارسة هذه الأنشطة ، وأن تقدم لهم التوجيه

والمساعدة .

كما يجب علي المعلمة أن تراعي شروط الأمن والسلامة في كل ما يتصل بممارسة

الأنشطة الحركية ، ومن هذه الشروط ما يلي :

### ١- سلامة البيئة :

يجب أن تسعى المعلمة إلى استخدام الأماكن المغطاة سواء أكانت قاعة رياضية

أو غرفة الفصل بحيث تتوفر فيها الشروط الصحية وشروط السلامة والأمان لتوفير بيئة

آمنة للطفل .

وتتقسم إلى بيئة داخلية وأخرى خارجية :

#### أ - سلامة البيئة الخارجية :

تشمل مساحة مغطاة بالرمل ، وأخري مرصوفة ، وأخري خضراء ، وأماكن مظلة بالأشجار ذات الأغصان الكثيفة ليلعب الأطفال في ظلها ، وأن تكون فيها ممرات سير مظلة أيضاً لحمايتهم من أشعة الشمس .

ولكن لا يمكن وصف هذه البيئة بأنها صالحة إلا إذا كانت خالية من أي مصدر خطر علي صحة الأطفال .

لذا ينبغي التأكد من سلامة جميع الأجهزة المتوفرة في ساحة اللعب بالخارج ، فلا تكون في هذه الأجهزة برزنت أو تشققات وأن تكون مثبتة بشكل جيد ومتباعدة عن بعضها لضمان لعب الأطفال بها بحرية وبدون إصطدام ببعضهم البعض .

#### ب- سلامة البيئة الداخلية :

وتشمل غرفة الفصل ، فيجب أن تكون الأرضية نظيفة وجافة ومستوية ومغطاة بمادة لاتسبب التزحلق أو وقوعهم أثناء النشاط .

ويجب أن تكون مساحة غرفة الفصل كافية لعدد الأطفال الذين يقومون بأدائهم الحركي بصورة جماعية ، مع مراعاة قدرات الأطفال الحركية التي تجعلهم يحتاجون إلي صالة كبيرة للعب .

كما يجب أن تتوفر في هذه الغرفة الإضاءة الكافية والتهوية المناسبة ، وأن تكون جدرانها خالية من البرزنت الحادة والأسلاك البارزة كي لا يصطدم بها الأطفال أثناء ممارستهم للنشاط الحركي .

## ٢- سلامة أدوات اللعب :

لا شك أن لأدوات اللعب دوراً كبيراً في إثراء خبرات الأطفال ، وفي تنمية المهارات الحركية والقدرات الحسية لديهم ، إلي جانب المتعة التي يجدها الطفل أثناء اللعب مع زملائه .

**ويجب أن يتوفر في هذه الأدوات شروط منها :**

- أن تكون الأجهزة قوية حسنة التصميم ، مصنوعة من مادة الحديد الصلب ، كي تتحمل استعمال عدد كبير من الأطفال بصورة مستمرة .
  - التأكد من سلامة الأجهزة وحسن تثبيتها .
  - تثبيت أجهزة التزلق والتسلق والتأرجح فوق سطح مستوي أرضية طرية مبطنة بالرمل أو الحصر تحسباً لوقوع الأطفال من هذه الأجهزة .
  - تخصص الأسطح الصلبة للألعاب ذات العجلات لسهولة الإنزلاق عليها .
- ٣- سلامة الأطفال الشخصية :** وهي لا تتحقق إلا بشروط منها :

- أن تتأكد المعلمة من أن الطفل بصحة جيدة قبل إشراكه في أي نشاط من الأنشطة الحركية وخاصة الأنشطة التي تتطلب جهداً .
  - أن تتأكد المعلمة من خلو جيوب الطفل من الأشياء التي تسبب له الأذى أو لغيره .
  - أن تتوفر في المدرسة الإسعافات الأولية بالقرب من أماكن الأنشطة الحركية للعناية بالطفل في حالة تعرضه لأي أذى .
- وعند أداء الأطفال للأنشطة الحركية سواء داخل الفصل أو خارجه ، ويغض النظر عن نوعها ، فعلي المعلمة أن تراعي المبادئ التالية :

- ١- يجب تواجد المعلمة إلي جانب الأطفال وتوجيههم ومساعدتهم عند أدائهم المهارات الحركية ، خاصة المهارات التي تحتاج إلي تدريب كثير حتي يشعروا بالأمان وهم يؤدونها .
  - ٢- ضرورة إتاحة الفرصة للأطفال للتدريب علي المهارة الجديدة مرات ومرات .
  - ٣- تشجيع الأطفال علي تكرار الحركة باستخدام العضلات الكبيرة أو الصغيرة أو الإثنين معاً .
  - ٤- يجب تعليم الأطفال تقبل المشاركة في أدوات اللعب وتشجيعهم علي التعاون والعمل الجماعي فيما بينهم أثناء اللعب .
  - ٥- الإكثار من الحركات التي تتطلب الدقة وتركيز كبيرين من العضلات .
  - ٦- التنوع في الأنشطة الحركية ، بحيث تكون هادئة أحياناً وأنشطة صاخبة أحياناً أخرى .
  - ٧- إختيار الحركات التي لا يأخذ أداؤها فترة طويلة حتي لا يشعر الأطفال بالإرهاق أو الملل ، بل يسعدون بأدائها .
- فإذا راعت المعلمة هذه المبادئ ونفذت الأنشطة بكل دقة وحرص فقد أكسبت الأطفال مرونة للعضلات الكبيرة ، وتنمية للعضلات الدقيقة ، وساهمت في زيادة ثقة الأطفال في أنفسهم وتكوين العلاقات الاجتماعية السوية بينهم وتنمية للمهارات الاجتماعية كالطاعة وتقبل الآخرين
- \* أمثلة لأنشطة حركية مناسبة لأطفال الروضة :
- من الأنشطة الحركية المناسبة لأطفال الروضة ما يلي :
- نشاط ( ١ ) :
- الهدف من النشاط : أن يتبادل الأطفال الكرة مع بعضهم البعض ومع المعلمة

الوسيلة المناسبة للنشاط : كرة

مكان النشاط : فناء الروضة

خطوات النشاط :

تصحب المعلمة الأطفال إلي فناء الروضة ، وتنظمهم بالشكل الذي تريده  
( دائرة نصف دائرة - صف ) ، ثم تقول المعلمة للأطفال سنلعب سوياً بالكرة : سألقي  
الكرة إلي فلان ( أحمد ) ثم يلقيها إلي ثم ألقها إلي فلان  
( محمد ) ثم يلقيها إلي وهكذا .

- يمكن للمعلمة أن تطلب من الأطفال أن يلقوا الكرة إلي أنفسهم ، ولا  
تشاركهم في اللعب

- يمكن للمعلمة تنظيم الأطفال في صفين ، ويقوم كل طفل بإلقاء الكرة إلي  
الشخص الذي أمامه مباشرة ، ثم يقدمها الشخص الذي تناول الكرة  
للشخص المجاور له والذي يلقيها للشخص الذي أمامه وهكذا .  
- يمكن للمعلمة أن تبتكر العديد من الألعاب باستخدام الكرة .

نشاط ( ٢ ) :

أهداف النشاط :

- ١- أن يتبادل الطفل الدور مع زملائه في اللعب بالزحليقة .
- ٢- أن يمارس الطفل اللعب بالزحليقة .
- ٣- أن يستنتج الطفل بعض السلوكيات المرغوب فيها عند اللعب .

الوسيلة التعليمية : الزحليقة .

مكان النشاط : فناء الروضة أو حديقة الروضة .

## خطوات النشاط :

- تصحب المعلمة الأطفال إلي فناء الروضة ، وتذكر لهم أنهم سيلعبون سوياً بالزحليقة ، وتوضح لهم سيلعبون سوياً بالزحليقة ، وتوضح لهم أنهم سيتبادلون الأدوار في اللعب حيث يقفون في صف ، ويقوم الطفل الأول بالتزحلق ثم يذهب إلي نهاية الصف ، ثم يليه الطفل الثاني وهكذا .
- توضح المعلمة للأطفال أن عليهم أن يلعبوا دون أن يأذوا أنفسهم أو زملائهم حيث توضح لهم بعض السلوكيات الخاطئة في اللعب مثل : لا تتعدي علي دور زميلك - لا تدفع زميلك أثناء اللعب - لا تصعد إلا عندما ينتهي زميلك من الزحليقة حتي لا تصيبه بأذي وهكذا .

## نشاط ( ٣ ) :

## الهدف من النشاط :

أن يمارس الطفل لعبة الكراسي الموسيقية .

الوسيلة التعليمية : كراسي .

مكان النشاط : غرفة النشاط أو فناء الروضة .

## خطوات النشاط :

- تقسم المعلمة الأطفال إلي مجموعات حيث يلعب اللعبة كل ٥ أطفال معاً وتضع المعلمة عدداً من الكراسي أقل من عدد الأطفال بواحد .
- تشرح المعلمة للأطفال اللعبة ، حيث عليهم أن يجرؤا حول هذه الكراسي عندما تطلق صفارة ، ويمكن لباقي الأطفال التصفيق بالأيدي لتشجيع زملائهم عند اللعب .

- عندما تصفق يجلس كل طفل علي أحد الكراسي ، والطفل الذي لا يجد له كرسي يخرج من اللعبة .
- يمارس الأطفال اللعبة من جديد بعد استبعاد أحد الكراسي في كل مرة ، وهكذا حتي يبقى التنافس في النهاية بين طفلين فقط ، ويكون الطفل الفائز من يجلس علي الكرسي قبل زميله.

نشاط ( ٤ ) :

الهدف من النشاط :

أن يمارس الأطفال اللعب بالمرجيحة مع زملائه .

الوسيلة التعليمية : مراجيح

مكان النشاط : فناء المدرسة .

خطوات النشاط :

تصحب المعلمة الأطفال إلي الفناء ، وتقسمهم إلي مجموعات لكي يمارسوا اللعب بالمراجيح ، حيث يجلس كل طفل في مكانه بالمرجيحة وتقوم المعلمة بدفع المرجيحة وعليها ألا تسرع في الدفع ، حتي لا يصاب الأطفال بالدوخة . وعليها أن تلفت انتباه الأطفال إلي الحرص عند الصعود أو الهبوط منها ، والنظام حتي لا يدفع الأطفال بعضهم البعض ويصابوا بأذي.

## نشاط ( ٥ ) :

الهدف من النشاط :

أن يلتزم الأطفال بالسكون والاسترخاء .

الوسيلة التعليمية : صفارة

مكان النشاط : غرفة النشاط .

خطوات النشاط :

تطلب المعلمة من الأطفال عند سماع صوت الصفارة يقومون:

١- بالجلوس دون حركة مع ضم اليدين إلي الصدر.

٢- بالوقوف في سكون .