

# دليل الصحة والتطور البدني

سلسلة الأدلة التطبيقية  
للمنهج الوطني ومعايير  
التعلم المبكر النمائية  
(٠ - ٦) سنوات

# دليل الصحة والتطور البدني

سلسلة الأدلة التطبيقية للمنهج  
الوطني ومعايير التعلم المبكر النمائية  
(٦-١) سنوات

ح) وزارة التعليم ، ١٤٤٣ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة التعليم  
دليل الصحة و التطور البدني. / وزارة التعليم -. الرياض ،  
١٤٤٣ هـ

١١٢ ص ؛ ..سم

ردمك: ٠٠٥٧-٠١١-٦٠٣-٩٧٨

١- التعليم - مناهج - السعودية  
كتب دراسية أ.العنوان  
ديوي ٣٧٥,٠٩٥٣١  
٢- رياض الاطفال - السعودية -  
١٤٤٣/٣٥١٢

رقم الإيداع: ١٤٤٣/٣٥١٢  
ردمك: ٠٠٥٧-٠١١-٦٠٣-٩٧٨



# الفهرس

شكر وتقدير	٧
مقدمة إلى أدلة المنهج الوطني	٨
مقدمة إلى الدليل التطبيقي الصحة والتطور البدني	٩
القسم الأول:	
مدخل إلى معيار الصحة والتطور البدني	١١
القسم الثاني:	
دليل المعلمة في التخطيط وتطبيق الممارسات التربوية الداعمة لمعيار الصحة والتطور البدني	١٣
فئة الاطفال الرضع الصغار ( الميلاد - ٩ ) أشهر	١٨
الممارسة الأولى: وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلّمه	١٨
الممارسة الثانية: توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل والبناء على هذه المعارف	٢٢
الممارسة الثالثة: تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي	٢٦
الممارسة الرابعة: حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر	٢٤
فئة الرضع الدارجين (٦ - ١٨) شهراً	٣٥
الممارسة الأولى: وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلّمه	٣٥
الممارسة الثانية: توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل والبناء على هذه المعارف	٣٨
الممارسة الثالثة: تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي	٤٣
الممارسة الرابعة: حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر	٥٠

	<b>٥٢</b>
فئة الأطفال الرضع الفطم (١٥ - ٣٦) شهراً	
الممارسة الأولى: وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلّمه	٥٢
الممارسة الثانية: توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل والبناء على هذه المعارف	٥٤
الممارسة الثالثة: تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي	٥٧
الممارسة الرابعة: حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر	٦٦
	<b>٦٨</b>
فئة أطفال الروضة (٣ - ٤) سنوات	
الممارسة الأولى: وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلّمه	٦٨
الممارسة الثانية: توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل والبناء على هذه المعارف	٧٢
الممارسة الثالثة: تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي	٧٦
الممارسة الرابعة: حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر	٨٨
	<b>٩١</b>
فئة أطفال الروضة (٤ - ٦) سنوات	
الممارسة الأولى: وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلّمه	٩١
الممارسة الثانية: توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل والبناء على هذه المعارف	٩٥
الممارسة الثالثة: تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي	١٠٠
الممارسة الرابعة: حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر	١١٠

## المراجع

١١٣

## شكر وتقدير

تتقدم وزارة التعليم في المملكة العربية السعودية لشركة تطوير للخدمات التعليمية والجمعية الوطنية لتعليم الأطفال الصغار بالشكر الجزيل للمساهمة في تأليف هذا الدليل.



## شكر خاص

يسرنا أن نتقدم بوافر الشكر والعرفان، بالنيابة عن جميع الأطفال الصغار وأسرهم، إلى كل التربويات العاملات في مجال تعليم الطفولة المبكرة في المملكة العربية السعودية لجهودهم المباركة في إنجاح هذا العمل.



# مقدمة إلى أدلة المنهج الوطني

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد.

تماشياً مع رؤية المملكة العربية السعودية (٢٠٣٠) والتي ركزت على مرحلة الطفولة المبكرة، وحرصت على أن يحصل كل طفل سعودي على فرص التعليم الجيد وفق خيارات متنوعة، وانطلاقاً من الأهداف الاستراتيجية لوزارة التعليم المرتبطة بتطوير المناهج وأساليب التعليم والتقويم، وبالاستناد إلى وثيقتي إطار المنهج الوطني ومعايير التعليم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية للأطفال من الميلاد وحتى سن السادسة قامت وزارة التعليم بالتعاون مع شركة تطوير للخدمات التعليمية وبيت الخبرة الجمعية الوطنية لتعليم الأطفال الصغار (NAEYC)، على بناء أدلة تطبيقية للمنهج الوطني للمعلمات في الحضانات ورياض الأطفال.

تستند الأدلة التطبيقية للمنهج الوطني على نظريات التعلم الأساسي والمبادئ التوجيهية التي تقر بأن الأطفال قادرون على التعلم، ومتفردون ويتطورون بمعدلات مختلفة، وأن التعلم يحدث عندما يشارك الأطفال في اللعب النشط والهادف خصوصاً عندما يتم تشجيعهم على استكشاف بيئتهم بحرية. ومن أهم هذه المبادئ التركيز على التعلم القائم على الاستقصاء العلمي الذي يعتمد على تطور لعب الأطفال واستكشافهم الذاتي وانتقال معلمات الأطفال من نهج "التدريس والتلقين المباشر" إلى نهج التدريس الذي يتمحور حول الطفل. ويتم ذلك في إطار مبادئ الإسلام وثقافة الأسرة والمجتمع حيث تركز الأدلة على شراكة الأسرة الفاعلة في عملية التعلم، وفيما يلي تسلسل الأدلة وموضوعاتها:

## الأدلة التطبيقية للمنهج الوطني:

- ◀ الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار منحج الطفولة المبكرة للأطفال.
- ◀ الدليل التطبيقي للبيئة المادية للحضانة والروضة.
- ◀ الدليل التطبيقي للأسرة.
- ◀ الدليل التطبيقي لمعيار نهج التعلم.
- ◀ الدليل التطبيقي لمعيار التطور الاجتماعي والعاطفي.
- ◀ الدليل التطبيقي لمعيار التطور اللغوي والمعرفة المبكرة للقراءة والكتابة.
- ◀ الدليل التطبيقي لمعيار العمليات المعرفية والمعلومات العامة.
- ◀ الدليل التطبيقي لمعيار الوطني والدراسات الاجتماعية والتربية الإسلامية.
- ◀ **الدليل التطبيقي لمعيار الصحة والتطور البدني.**
- ◀ دليل المعلمة التطبيقي لطرق واستراتيجيات التدريس.
- ◀ الدليل التطبيقي لدور الإدارة في تطبيق المنهج الوطني.
- ◀ الدليل التطبيقي لتقويم طفل الحضانة والروضة.



# مقدمة إلى الدليل التطبيقي الصحة والتطور البدني

دليل المعلمة التطبيقي لمعيار الصحة والتطور البدني هو الدليل الثامن ضمن سلسلة أدلة المنهج الوطني لرياض الأطفال والحضانات، والذي يُعنى بالتركيز على تزويد معلمات الأطفال من الميلاد حتى ٦ سنوات بما يلي:

المعلومات التي تحتاجها معلمات الأطفال الصغار؛ لفهم اللبنة الأساسية لتنمية وتطوير قدرات الأطفال الصغار في مختلف فئاتهم العمرية.

وتسليط الضوء على مجموعة ثرية ومتنوعة من أدوات التخطيط والتعليم الضرورية والموارد التي لا غنى عنها لتقديم خبرات تعليمية عالية الجودة تخدم جميع الأطفال.

لقد تم تقسيم دليل المعلمة للصحة والتطور البدني إلى قسمين، يقدم القسم الأول لمحة موجزة عن الصحة والتطور البدني؛ لبيان تعريفهما وأهميتهما. ويرتكز القسم الثاني على مناقشة تمهيدية حول الاعتبارات الرئيسية التي تؤخذ في الحسبان لدعم الصحة والتطور البدني من الميلاد إلى عمر ٦ سنوات. فضلًا عن ذلك، يتم دعم هذه المناقشة التمهيدية بإرشادات كثيفة، وعميقة لتنفيذ ممارسات التدريس، والتخطيط للمناهج الدراسية الخاصة بالأطفال في خمس فئات عمرية كما يلي:

## مرحلة الحضنة:

- ◀ الأطفال الرضع الصغار (الميلاد - ٩ أشهر).
- ◀ الأطفال الرضع الدارجون (٦-١٨ شهرًا).
- ◀ الأطفال الفطم (١٥-٣٦ شهرًا).

## مرحلة الروضة:

- ◀ أطفال مرحلة الروضة (٣-٤ سنوات).
- ◀ أطفال مرحلة الروضة (٤-٦ سنوات).

من خلال الدليل سنتستعرض أفضل الممارسات التربوية اللازمة للمعلمات فيما يختص بكل فئة عمرية من هذه الفئات، وهي على النحو الآتي:

## الممارسة الأولى: وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلمه.

وفي هذا القسم، مجموعة من المعلومات، والموارد التربوية لتأصيل فهم أكثر عمقًا لمهام التعلم وتطويره، وإرشادات عامة حول كيفية دعم المعلمات للصحة والتطور البدني لكل فئة عمرية.

## الممارسة الثانية: توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل، والبناء على هذه المعارف من أجل خلق فرص تعلّمية لكل طفل في المجموعة.

وفي هذا القسم، تم توفير مجموعة ثرية من النصائح، والقواعد التربوية بغرض ملاحظة وتوثيق سلوكيات الأطفال سواء على المستوى الفردي أم على المستوى الجماعي، وبيان "ما يجب فعله وما لا يجب فعله" في ضوء الممارسات التربوية الرشيدة، والتركيز على نصائح تعمل على دعم إشراك الأسر في عملية تعليم الأطفال.

## الممارسة الثالثة: تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي.

وهنا ستجد المعلمة مجموعة من المصادر والإرشادات والأدوات المصممة لتعميق المعرفة بالمحتوى، وإثراء التفاعلات اليومية مع الأطفال، إضافة إلى دليل مكون من عدة خطوات للإسهام في تخطيط المنهج الدراسي. فأما فيما يختص بتخطيط منهج إلى مواضيع الاستقصاء العلمي للأطفال مرحلة الروضة فسيتم بناء معايير التخطيط استناد ودورة التخطيط القائمة على الاستقصاء المشار إليها في كتاب الدليل الأساسي. في حين ستعتمد المعلمة على المعايير الخاصة بمرحلة الحضانة (الرضع والقطم) كتطبيق مبسط لدورة التخطيط التي ستراعي الاحتياجات التعليمية الفردية لهؤلاء الأطفال والمهام النمائية المرتبطة بهم. وفي المجلد فإن هذه الخطوات ستشمل الاعتبارات المتعلقة بالبيئة المادية التعليمية (مراكز التعلم والمواد التعليمية)، والجدول اليومي (بما يحتويه من تفاعلات وأعمال رعاية اعتيادية ولعب الأطفال)، ودمج معايير التعلم المبكر النمائية (المواءمة بين هذه المعايير والدور الذي تقوم به المعلمة).

## الممارسة الرابعة: حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر.

تم تصميم هذا القسم لتزويد المعلمات بمصادر القراءة الضرورية، والموارد التي تثري حياة المعلمات الاحترافية والتعليمية للوصول إلى فهم أعمق حول موضوعات محددة. إضافة إلى ذلك، يتضمن هذا القسم أيضًا سلسلة شيقة من الأسئلة التي تعكس وترصد تقييم المعلمات الذاتي لأنفسهن بخصيص تجاربهن، وممارساتهن الشخصية.

### استخدام الدليل:

أعدّ الدليل ليكون مكملاً للمراجع الستة الآتية:

- ◀ [الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار منهج الطفولة المبكرة للأطفال من الميلاد حتى عمر ٦ سنوات.](#)
- ◀ [إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد حتى ٦ سنوات.](#)
- ◀ [معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية \(أطفال عمر ٣-٦ سنوات\).](#)
- ◀ [معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية للفتة العمرية \(الميلاد - ٣ سنوات\).](#)
- ◀ [دليل المعلمة لتطبيق معايير التعلم المبكر النمائية لمرحلة الحضانة \(الميلاد - ٣ سنوات\).](#)
- ◀ [دليل المعلمة لتطبيق معايير التعلم المبكر النمائية \(٣-٦ سنوات\).](#)

وستجدين أن هذا الدليل يشير إلى المراجع السابقة في كثير من المواطن. ولذلك ننصحك قبل استخدام هذا الدليل بالاطلاع على هذه المراجع وزيارة الروابط الإلكترونية حيثما وردت فيه. يحتوي الدليل على عدد من الأيقونات للمساعدة على تصفح الدليل وإيجاد المعلومة والمصادر العلمية. وتمت إضافة صور ومقاطع فيديو؛ لتقديم المزيد من الدعم ولمساعدة المستخدمين على تطوير فهم أوضح للمحتوى في حال تم تقديمه بصورة عملية.



إرشادات للمعلمة



أدوات المعلمة



مصادر المعلمة



موقف افتراضي



فيديو

وأخيرًا، فقد تم إدراج مواقف افتراضية لمجموعة من المعلمات خلال هذا الدليل؛ لتقديم أمثلة على ممارسات تدريسية معينة، وكيف يمكن للمعلمة التعامل معها، ومعالجتها، ووضع الخطط المناسبة لذلك. وسيتبع هذا الدليل خطوات مجموعة من المعلمات، بعضهن متخصصات بمرحلة الحضانة (من عمر الميلاد - ٣ سنوات)، والبعض الآخر متخصصات بمرحلة الروضة (من ٣-٦ سنوات). وستتمكنين من متابعتهن في مواطن رئيسة في الدليل، بما في ذلك الاطلاع على كيفية تطوير كل معلمة من هؤلاء المعلمات لخطط المنهج الدراسية حسب كل فئة عمرية، وكيف تمكنت كل معلمة من هؤلاء المعلمات من توظيف الموضوع الدراسي نفسه؛ وذلك لبيان كيف أنه بالإمكان استخدام هذه المواضيع الاستقصائية مع كافة المراحل والفئات العمرية للأطفال. وسنجد أنه بالإمكان توسيع مراكز التعلم (أركان التعلم) والأنشطة وتعميقها تبعًا لأعمار الأطفال وقدراتهم، وتبعًا للموارد المتاحة للمعلمات واختياراتهن أيضًا.

### يسرنا الآن أن نعرفك على هؤلاء المعلمات من مركز تعليم الطفولة المبكرة:

مرحلة الحضانة (الميلاد - ٣ سنوات):

المعلمة جنان: معلمة فصل الرضع الصغار (الميلاد - ٩ أشهر).

المعلمة سمر: معلمة فصل الدارجين (٦-١٨ شهرًا).

المعلمة نورة: معلمة فصل الفطم (١٥-٣٦ شهرًا).

مرحلة الروضة (٣-٦ سنوات):

المعلمة فاطمة: معلمة فصل أطفال الروضة (٣-٤ سنوات).

المعلمة إيمان: معلمة فصل أطفال الروضة (٤-٦ سنوات).

# مدخل إلى معيار الصحة والتطور البدني

## السؤال: ماذا نعني بالصحة والتطور البدني؟

**الجواب:** إن الصحة والتطور البدني يشيران إلى المعرفة الضرورية والمهارات اللازمة التي يحتاجها الأطفال للحفاظ على صحتهم الشخصية. ولذا، فإن الصحة والتطور البدني يشملان المهارات والمعرفة المرتبطة بمجالات الصحة والسلامة وتطور العضلات. (معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية أطفال عمر ٣-٦ سنوات، ٢٠١٥، ١٥٣).

## السؤال: ما أهمية الصحة والتطور البدني؟

**جواب:** إن الصحة والتطور البدني يلعبان دورًا رئيسًا في تعلم الأطفال ونموهم، وهذا يُعزى إلى ثلاثة أسباب هي:

- ◀ تشير الأبحاث بشكل متزايد إلى أن النمو الصحي يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالصحة العقلية والنفسية للأطفال وقدرتهم على الإدراك. وطبقًا لبعض التقارير الواردة من المعلمات، فإن الأطفال الأصحاء جسديًا يظهرون بشكل جلي طاقتهم واهتمامهم المتزايد والمفعم بالنشاط ببعض تجارب اللعب الجماعي. ويترب على ذلك الانخراط الإيجابي دعم تطور الأطفال وإثراء شخصياتهم في مجالات تنموية أخرى.
- ◀ هناك اهتمام مّطرد من المعلمات المعنيات بمجال تعليم الأطفال في المرحلة العمرية المبكرة بشأن الوقت المحدود الذي يقضيه الأطفال الصغار في الهواء الطلق. فنظرًا لأن التكنولوجيا المعاصرة أصبحت الركيزة الأساسية والوسيلة الأكثر انتشارًا في لعب الأطفال، انخفض النشاط البدني للأطفال في الهواء الطلق بشكل كبير. ومن هذا المنطلق، فقد أصبح هذا الانخفاض في النشاط البدني أمرًا مقلقًا للخبراء؛ لأن نتائج الأبحاث أظهرت أن الوصول إلى المساحات الخضراء الخارجية يؤثر بشكل جوهري وإيجابي على تحسين الأداء المعرفي وكفاءة التواصل الاجتماعي عند الأطفال.
- ◀ التأكيد على أهمية الترويج لنمط حياة نشطة تثري نمو الأطفال، فإن تعليم الأطفال ممارسات النظافة الشخصية والتغذية الصحية يؤثر بشكل إيجابي على سعادة ورفاهية وصالح الأطفال بشكل عام في الحياة اليومية. وجدير بالذكر أن تعليم الأطفال المحافظة على سلامتهم الشخصية، ومعرفة المخاطر المحدودة -التي لا تعرضهم للأذى- أمر حتمي ولا غنى عنه لحماية الأطفال الذين قد لا يتمتعون بالإدراك الكافي والقدرة على التنبؤ بالمخاطر في بيئات غير مألوّفة لديهم.

(معايير التعلم المبكر النمائية للفتة العمرية من الميلاد وحتى ثلاث سنوات، ٢٠١٨، ٦٢).

(معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية أطفال عمر ٣-٦ سنوات، ٢٠١٥، ١٥٣).

# دليل المعلمة في التخطيط وتطبيق الممارسات التربوية الداعمة لمعيار الصحة والتطور البدني

## مقدمة

تطبيق الممارسات التربوية الداعمة لمعيار الصحة والتطور البدني من الميلاد حتى 6 سنوات

ما بين مرحلة الميلاد وحتى بلوغ عمر (6) سنوات يتعلم الأطفال عن عالمهم المحيط بهم من خلال الشعور بأجسادهم وتحريكها" (Newman & Kranowitz, 2012)



### هل تعلمين؟

" لقد كان الاعتقاد قديماً أن تطور العضلات يحدث بشكل تلقائي مع نمو الطفل. وهذا يعني أن تطور إحدى المهارات العضلية يؤدي بشكل طبيعي إلى تطور المهارات العضلية الأخرى بالتزامن مع نمو الطفل. لكن في الواقع، يعتبر النمو العضلي عملية تعلم مستمرة؛ حيث ينمو جسم الطفل ويتغير باستمرار، وتوفر البيئة المحيطة بالطفل فرصاً مختلفة للحركة. يتضمن القيام بكل حركة جديدة قيام الطفل بإجراء تعديلات في توازن وضعه الجسدي. فضلاً عن ذلك، تتضمن عملية النمو العضلي لكل طفل إيجاد أفضل الطول الممكنة للمشكلات التي يتعرض لها والفرص التي توفرها بيئته المحيطة به "

(Petersen et al., 2016).

## هل تعلمين؟

فيما يلي ثلاث مجالات لممارسات تعليمية مهمة يمكنك استخدامها في جميع الفئات العمرية لدعم التطور البدني. فكّري في برنامجك وكيف يمكنك استخدام التفاعلات وبيئة التعلم والقدرات الفردية للأطفال لدعم التطور العضلي والصحة والسلامة. فيما يلي بعض الاقتراحات للبدء:

<b>التفاعل</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>إشراك الأطفال في الخبرات التي تساهم في تطورهم الحركي واستكشافهم للبيئة المحيطة بهم.</li><li>إظهار الاستراتيجيات الناجحة لزيادة تطور العضلات الكبرى والصغرى.</li><li>تقديم الدعم المادي والعاطفي لتطور المهارات الحركية.</li><li>إشراك الأطفال في الأنشطة والروتين والتجارب اليومية التي تدعم زيادة القوة والسيطرة والتناسق عند القيام بالحركات العضلية.</li><li>إشراك الأطفال في أداء إجراءات الرعاية الذاتية لأنفسهم وتحفيزهم على أداء الروتين اليومي باستقلالية، بالدرجة التي تتناسب مع الناحية التنموية والثقافية.</li></ul>
<b>البيئة</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>خلق بيئة تمكّن الأطفال من تحريك أجسادهم بأمان في أثناء مواجهة التحديات التي يتعرضون لها في سبيل دعم اكتسابهم لمهارات العضلات الكبرى.</li><li>الحرص على وضع الألعاب ومواد اللعب الآمنة والتي تمكّن الأطفال من رؤيتها والوصول إليها.</li><li>تقديم مجموعة متنوعة من الألعاب والمواد التي تناسب مجموعة من القدرات البدنية حتى يتمكن جميع الأطفال من النجاح والتقدم.</li><li>ترتيب المكان بحيث يتمكن الأطفال من إيجاد ما يحتاجون والوصول إليه للبقاء بصحة جيدة.</li><li>السعي والحرص على التأكد من أن البيئة المحيطة بالأطفال تسمح لهم باللعب والتعلم بأمان.</li></ul>
<b>التفرد</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>اقتراح الاستراتيجيات التي تمكّن الطفل من النجاح في إنجاز المهمات المؤدية لاكتساب مهارات العضلات الكبرى أو تجاوز التحديات.</li><li>احترام مستوى تقدم الطفل بصورة فردية لتنمية مهارات العضلات الكبرى والصغرى.</li><li>اقتراح العديد من الخيارات لاكتساب مهارات العضلات الكبرى والصغرى والتي يمكن للأطفال الاختيار من بينها في أثناء القيام بالأنشطة الحركية.</li><li>دعم وإرشاد مباشر وموجّه لكل طفل يحتاج إلى دعم.</li><li>السماح لكل طفل بالقيام بأكثر قدر ممكن من أنشطة الرعاية الذاتية لأنفسهم.</li><li>تذكير الأطفال الأكبر سنًا بقواعد الأمان وأهميتها.</li></ul>

(Head Start ECLKC, n.d)

### السؤال: ما المهام الرئيسية للنمو الصحي والتطور البدني التي يجب أن يمارسها الأطفال الرّضّع الصغار والدارجون والفظم؟

**الجواب:** النمو الحركي للطفل، يتعلم الأطفال الرّضّع الصغار والدارجون والفظم التحرك بنجاح وسلسلة من خلال تطوير المهارات الآتية:

- ◀ أنشطة العضلات الصغرى: الأنشطة البدنية التي تستخدم مجموعة العضلات الصغرى مثل: اليدين وأصابع القدم والوجه والعينين.
- ◀ أنشطة العضلات الكبرى: الأنشطة البدنية التي تستخدم مجموعة العضلات الكبرى مثل: الذراعين والرجلين والجذع.
- ◀ التوازن والتنسيق (الجلوس والوصول والإمساك).
- ◀ تنمية المهارات الحسية مثل: الرؤية، السمع، الشم، التذوق، اللمس.

يتم الارتقاء بالنمو الصحي للأطفال الرّضّع والدارجين والفظم بشكل أساسي من خلال الممارسات التي تقوم بها مقدمات الرعاية عن طريق التفاعل مع الأطفال من خلال الروتين اليومي.

### هل تعلمين؟

"بطلول نهاية السنوات الثلاث الأولى، سيتمكن الأطفال الرّضّع والدارجون والفظم من القدرة على مساعدة مقدمات الرعاية في القيام ببعض المهام الروتينية اليومية، وتولّي مسؤولية القيام ببعض احتياجاتهم الشخصية بأنفسهم".

(Copple et al., 2013, p.32).

### السؤال: ما الذي يجب أن تعرفه معلمات الأطفال الرّضّع والدارجين والفظم عند قيامهن بالتخطيط؟

**الجواب:** قبل أن تبدئي، ضعي في اعتبارك المبادئ التوجيهية الآتية لتطوير المنهج الخاص بالأطفال الصغار والدارجين والفظم في جميع مجالات التعلم:

- ◀ الأسرة هي جوهر وركيزة تعلم الأطفال الصغار وتطورهم.
- ◀ إن تعلم الأطفال الرّضّع والفظم يستند إلى العلاقات والتفاعل معهم.
- ◀ تمثل العواطف حافزاً قوياً للتعلم والتطور في وقت مبكر.
- ◀ التجاوب مع محاولة الأطفال للاستكشاف الذاتي يعزز التعلم وينميه.

- ◀ التعليم والرعاية الفردية يفيد جميع الأطفال.
- ◀ الاستجابة للثقافة واللغة يدعم تعلم الأطفال.
- ◀ التعليم والرعاية بشكل مباشر يثري خبرات تعلم الأطفال.
- ◀ تكريس الوقت الكافي في التفكير والتخطيط يساهم في تحقيق أهداف التعليم والرعاية".

(California Department of Education, 2012).

**تذكّري:** أن منهج الأطفال الرضّع والفطم يرتكز على النقاط التالية:

- ◀ بيئة اللعب التي تقومين بتنشئتها.
- ◀ التفاعلات والمحادثات التي تقومين بها مع الأطفال.
- ◀ الخبرات التي تقدمينها في أثناء الروتين اليومي (الحفاضات، والتغذية، والملابس،... وما إلى ذلك).



## هل تعلمين؟

### فيما يلي خمسة مبادئ إرشادية مهمة لدعم أنشطة العضلات الكبرى الخاصة بالأطفال الرضع والفتم:

1. تعرّف على نمو وتطور قدرات الطفل حتى تطور قدرات الطفل الرضيع بخصوص أنشطة العضلات الصغرى. إن للطفل الرضيع دافعاً مستمراً للحركة والتحكم في حركات جسمه طوال الوقت.
2. شجعي الحركة ذاتية التوجيه: في محيط المكان الذي به معدات تدعم الحركة ذاتية التوجيه، يستطيع الأطفال الرضع والدارجون والفتم أن يعبروا بشكل مستمر عن رغبتهم الطبيعية في الحركة.
3. قدري الفروق الفردية: يجب العلم بأن الأطفال لا يتطورون بشكل متساوٍ في الوقت أو القدرة. ومن هذا المنطلق، توقعي أن الأطفال الرضع والفتم سيختلفون عن بعضهم في طريقة استكشافهم للحركة وفي توقيت مراحل النمو المختلفة.
4. وفري مساحة آمنة للأطفال في مختلف مستويات النمو. وفي هذا الصدد، يجب العلم بضرورة أن تفي المساحة والمواد والمعدات باحتياجات الأطفال النشطين والذين يملكون دوافع ذاتية تختلف تبعاً لاختلاف مراحل نموهم كما يلي:

- أ. يحتاج الأطفال الرضع إلى مساحة أرضية دائمة وثابتة ونظيفة وآمنة حتى يتمكنوا من الركل واللف والتوازن.
- ب. غالباً ما يرغب الأطفال الرضع والدارجون في الاستكشاف والانتقال من مكان إلى آخر خلال معظم ساعات اليقظة.
- ج. يحتاج الأطفال الفتمة إلى الكثير من الفرص لاستكشاف واستعمال العضلات الكبرى.
- د. كوني موجودة ومنتبهة مع الأطفال في أثناء تنقلهم واستكشافهم الأشياء من حولهم. فعندما يقوم الأطفال الرضع والفتام باستكشاف الأشياء المحيطة أو القفز أو اللعب مع بعضهم فإنهم يحتاجون إلى شخص كبير ومألوف لديهم ليهتم بهم.

(California Department of Education, 2013).

## هل تعلمين؟

"قد يُعتَقَد بأن الأطفال الرضع الصغار والدارجين والفتم سيكتسبون مهارات التطور الحركي حتى بدون دعم من الأشخاص الكبار أو مقدمات الرعاية. ولكن الواقع نقيض هذا الاعتقاد، فإن دعم مقدمات الرعاية أمراً بالغ الأهمية لنجاح النمو الحركي للأطفال؛ فهم يحتاجون إلى أن توفر لهم الأمان، وأن تتحلّى بالصبر معهم، وأن تكوني حاضرة الذهن في التفاعل معهم، وأن تساعديهم كلما أمكن".

(Wittmer & Honig, 2020, 74)

## تطبيق معيار الصحة والتطور البدني على الأطفال الرضع الصغار (الميلاد - ٩ أشهر)

” نتعجب كل يوم من مدى سرعة تعلم الأطفال تحريك أيديهم وأرجلهم بطرق مختلفة“

(Wittmer & Honig, 2020, 57)



**السؤال:** ما الذي يجب على المعلمات فعله لتطبيق معيار الصحة والتطور البدني في المناهج الدراسية للأطفال الرضع الصغار (الميلاد - ٩ أشهر)؟

**الجواب:** يمكن للمعلمات المهنيات اتباع هذه الممارسات الأربع المثلى المهمة:

### الممارسة الأولى

وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلمه.

| إن المعلمات المهنيات يفهمن طبيعة الأطفال الرضع الصغار والأشياء التي يتعلمونها

**معايير التعلم المبكر النمائية المتعلقة بالأطفال (من الميلاد حتى ثلاث سنوات)**  
تصف المهارات الأساسية والمعرفة المتضمنة في الصحة والنمو البدني. وتتمثل في النقاط الآتية:

◀ **التطور البدني:** معالجة نمو الأطفال وقدرتهم على تحريك أجسامهم مع زيادة القدرة على التنسيق والتحكم. يشمل التطور البدني للأطفال الرضع الصغار.

- العضلات الكبرى: تنمية العضلات الكبيرة أو الجسم كله من أجل ممارسة النشاط البدني.
- العضلات الصغرى: تطوير العضلات الصغيرة للقيام بالحركة واللمس والإمساك والتحكم بالأشياء.

◀ **الصحة والسلامة:** معالجة تطوير ممارسات الصحة والسلامة التي تشمل الروتين اليومي والعناية بصحة الفم والتغذية. تشمل صحة وعافية الأطفال الرضع الصغار ما يلي:

- الصحة العامة والسلامة: تطوير ممارسات الصحة والسلامة العامة التي تصبح جزءًا من الروتين اليومي للطفل.
- صحة الفم: تطوير ممارسات العناية بصحة الفم والتي تصبح جزءًا من الروتين اليومي لمقدمة الرعاية والطفل.
- الصحة التغذوية: تركيز على التغذية الجيدة للجسم؛ لدعم النمو البدني والمعرفي.

### **السؤال: ما هي المهارات الرئيسية المتعلقة بمعايير الصحة والنمو البدني التي يعمل عليها الأطفال الرضع الصغار؟**

**الجواب:** الأطفال الرضع الصغار (من الميلاد - ٩ أشهر) يقومون بالآتي:

- ◀ تعلّم كيفية التفاف رؤوسهم لتتبع الأشياء المثيرة للاهتمام بأعينهم في أثناء تحرك هذه الأشياء في مجال رؤيتهم.
- ◀ استخدام أيديهم في جلب الألعاب أو الطعام إليهم.
- ◀ الركل بأرجلهم والتلويح بذراعهم.
- ◀ بلوغ الشيء الذي يريدونه.
- ◀ رفع الرأس والكتفين عند وضعية النوم على البطن.
- ◀ تعلم التدرج من وضعية النوم على البطن إلى وضعية الاستلقاء على الظهر.
- ◀ بدء الجلوس.
- ◀ تأزر العينين واليدين للوصول إلى الأشياء.
- ◀ المشاركة في إجراءات الرعاية الروتينية.
- ◀ التعبير عن الجوع.

(Wittmer and Honig 2020; Peterson et al. 2016)

## هل تعلمين؟

تتطور العضلات الكبرى بطريقة منظمة من الرأس إلى أخمص القدمين، يحدث التطور البدني داخليًا، ثم خارجيًا. يطور الأطفال الرضع (التحكم القريب) استقرار في الكتفين والجزء والوركين قبل أن يتمكنوا من التحكم في حركة الذراعين والساقين (التحكم البعيد)

(Wittmer & Honig, 2020; Alabama Department of Health n.d;)

تعمل المعلمات المهنيات على تعزيز نمو الأطفال (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠).

## السؤال: ما الذي يمكنني فعله بوصفي معلمة لمساعدة الأطفال الرضع الصغار على إنجاز المهام المرتبطة بالصحة والتطور البدني؟

الجواب: إليك ما يمكنك فعله:

- ◀ خلق بيئة آمنة ومأمونة لتشجيع الحركة.
- ◀ ملاحظة بداية اكتساب أي مهارة جديدة.
- ◀ توفير أشياء مثيرة للاهتمام وشغف الأطفال الرضع الصغار للإمساك بها ووضع هذه الأشياء في متناول الأطفال الرضع الصغار ليتمكنوا من الوصول إلى هذه الأشياء بسهولة وأمان.
- ◀ تشجيع الأطفال الرضع الصغار على التحرك من أوضاعهم لأوضاع جديدة (وضع الأطفال على ظهورهم على سطح متين ولكن ناعم، وذلك لإتاحة الفرصة لهم للتحرك إلى أي وضع آخر).
- ◀ توفير الكثير من الوقت لاستلقاء الأطفال الرضع الصغار على البطن.
- ◀ القيام بخلق تحديات بدنية تمكن الأطفال الرضع الصغار من ممارسة مهارات النمو (فمثلًا: يمكن وضع الأشياء الممتعة والمشوقة لهم بعيدًا عن متناولهم بحيث يتعين على الأطفال الرضع الصغار تنسيق حركاتهم للوصول إلى الأشياء والإمساك بها).
- ◀ تشجيع الأطفال على اللعب، والدرجة، والزحف، والتحرك بنشاط عدة مرات خلال اليوم الواحد.
- ◀ عدم ترك الأطفال الرضع الصغار بدون رقابة.

(NAEYC "The What, Why, and How of High-Quality Programs for Infants", 2016; Alabama Department of Health n.d.)

## السؤال: ما الذي يجب أن تقوم به المعلمة لتوفير بيئة تعليمية تدعم الصحة والتطور البدني؟

الجواب: فيما يلي بعض الأشياء التي يمكن للمعلمة القيام بها لتوفير بيئة تدعم الصحة والتطور البدني:

## توفير مساحات تتمتع بالميزات الآتية: <

- مساحات آمنة ومرتبّة - خارج مسار السير الخاص بمقدمة الرعاية، وبعيدًا عن الرفوف أو الأشياء المعرضة للسقوط، وبعيدًا عن الكراسي الهزازة أو غيرها من المخاطر المحتملة.
- مساحات تمكن الأطفال الرضع الصغار من الوصول إلى الأشياء بأنفسهم.
- القيام بتضمين أرفف منخفضة في هذه المساحات وتحتوي هذه الأرفف على أشياء تكون في متناول الأطفال الرضع الصغار ليتمكنوا من الوصول إليها بسهولة.
- مساحات مريحة لمقدمات الرعاية تمكّنهنّ من الجلوس على مستوى الأرض عند تعاملهن مع الأطفال الرضع الصغار.
- مساحات نشطة ومخصصة لضمان حرية الحركة.
- مساحات مؤنّثة بسجاجيد أرضية ناعمة وقوية أو أرضيات الفلين.

## توفير المواد التي تدعم أنشطة العضلات الكبرى والصغرى مثل: المواد التالية: <

- خشيشات وغيرها من الألعاب الصغيرة التي يتمكن الأطفال الرضع الصغار من الإمساك بها واللعب بها (يرجى مراعاة التنوع في استخدام الألعاب ذات الأشكال والأحجام المختلفة؛ مما يساعد الأطفال الرضع الصغار على تطويع قبضة اليد للتحكم في هذه الألعاب).
- كرات من قماش ودمى قابلة للضغط.
- حاويات مليئة بأشياء متنوعة آمنة يتمكن الأطفال من تفريغها.

### هل تعلمين؟

"أن الأطفال الرضع الصغار يمكنهم مساعدة مقدمات الرعاية في أثناء إجراءات الرعاية الروتينية الخاصة بهم. ولذا، فعليهن مشاهدة وتعلم قراءة إشارات جميع الأطفال الرضع الصغار حتى يمكن الأطفال الرضع الصغار من المشاركة بنشاط في المهام الروتينية المتعلقة بهم مثل: المساعدة في إمساك الزجاجات أو تكملة سحب الجورب من القدمين. إن تعلم المعلمة طرق التواصل مع الطفل الرضيع يساهم في تكوين رابط متين معه، وهو الأمر الذي يمكن كلا الطرفين من المشاركة بفعالية في نشاط الحركة".

(NAEYC, 2016).

## هل تعلمين؟

"أن الأرضيات الصلبة تمنح الأطفال المقاومة المطلوبة التي تعطي لهم الفرصة للتعرف على الجاذبية الأرضية، وتعلم مهارات استخدام العضلات الكبرى والصغرى ومهارات استخدام الحواس. وعلى الرغم من أن الأرضيات الناعمة جيدة، ولكن عندما تكون البيئة كلها ناعمة، فإن الرضع الصغار يواجهون صعوبة في الحركة (مثل: التدحرج)".

(Copple, 2013, 56).

## الممارسة الثانية

توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل، والبناء على هذه المعارف من أجل خلق فرص تعليمية لكل طفل في المجموعة.

تلاحظ المعلمات المهنيات وتوثق تعلّم وسلوكيات الأطفال (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠)

## تبدأ عملية تخطيط المنهج الدراسي بالملاحظة والتوثيق والتأمل.

" تبدأ عملية تخطيط المنهج الدراسي الخاص بالرضع والفطم عندما تكتشف المعلمات تطور كل طفل على حدة. ولا يكون ذلك إلا من خلال الإنصات والملاحظة الشديدة للأطفال. وتُعد عملية الملاحظة إحدى أهم المهارات التدريسية. وعندما تلاحظ المعلمات الأطفال بتمعن فسوف يدركن كيف يقوم كل طفل باكتشافاته في لحظات معينة خلال لعبه وتفاعلاته اليومية، وكيف تصبح هذه اللحظات ذات معنى بالنسبة له"

(California Department of Education, 2012, 26).

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٣) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية من عمر (الميلاد - ٣) سنوات.

## أدوات المعلمة

### استمارة ملاحظة التطور البدني الحركي عند الأطفال

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٣) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لفئة الرضع الصغار لتطبيق المعايير النمائية من عمر (الميلاد - ٣ سنوات) في المرحلة العمرية (من ٢-٣ أشهر): أعتني بالأطفال من أجل:



أدوات  
المعلمة

- ◀ رفع رؤوسهم لأعلى بمساعدتك.
- ◀ استخدمي أذرعهم لبدء قيامهم بتحريكها خلال وقت استلقائهم على البطن.
- ◀ اجعلي حركة الذراع والساق مرنة وأكثر تحكّمًا.
- ◀ الإمساك بالأشياء لفترة وجيزة.

في خلال المرحلة العمرية (من ٤-٥ أشهر) أعنتي بالأطفال من أجل:

- ◀ قيام الأطفال برفع رؤوسهم بدون مساعدتك.
- ◀ التدرج من وضعية الاستلقاء على البطن إلى الاستلقاء على الظهر.
- ◀ الإمساك بالدمى وهزها.
- ◀ التآرجح وضرب الأشياء المعلقة بخفة.
- ◀ تقريب أيديهم من أفواههم.
- ◀ الدفع بأرجلهم لأسفل عندما توضع أقدامهم على سطح صلب.

في خلال المرحلة العمرية (من ٦-٨ أشهر): أعنتي بالأطفال من أجل:

- ◀ التدرج من وضعية الاستلقاء على البطن إلى وضعية الاستلقاء على الظهر والعكس.
- ◀ تدريبهم على الجلوس بمساعدتك.
- ◀ الوصول إلى الأشياء بيد واحدة ونقلها من يد إلى أخرى.

(CDC, n.d; Alabama Department of Health, n.d)

تقوم المعلمات المهنيات ببناء العلاقات مع المجتمع ومع أسر الأطفال [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\).](#)



## أدوات المعلمة

### نشرة تثقيفية عن النمو الجسدي الحركي لأولياء الأمور

يمكنك مساعدة العائلات في دعم النمو البدني للأطفال الرضع في المنزل وربما تعليمهم بعض الأمور التي قد لا يعرفونها عن النمو العضلي المبكر لرضيعهم. أرسلني هذه النصائح المنزلية البسيطة إلى العائلات.

#### الوالدين الأعزاء:

هل تعلمون أن طفلكم الرضيع تنمو لديه مهارات بدنية جديدة مهمة كل يوم؟ فيما يلي بعض الطرق التي يمكنكم من خلالها دعم هذه المهارات الجديدة المثيرة في أثناء نموها وتطورها. إذا كان طفلك الرضيع يستطيع التحدث، فقد يقول:

١. أبدأ من البداية - قبل أن أذهب إلى أي مكان بمفردي- احمليني، وهزيني، واحتضيني، واهمليني بين ذراعيك أو على جسمك. عندما تتحركين أتعلم كيف أتحرك معك.
٢. قومي بمد أصابعك لي لأمسكها. بمجرد أن أتمكن من الإمساك بأصابعك، أعطيني ألعابًا خفيفة الوزن لأمسك بها وأضعها في فمي وأدركها، أعطني خيارات: خشيشة، دمية من القماش، مكعب خشبي. يمكنني استكشاف هذه الأشياء وأنا مستلق على ظهري أو على بطني.
٣. من الممتع للغاية أن أضرب الأشياء التي تتدلى من بساط اللعب. شاهدي وتعلمي ربط حركتي بحركة اللعبة!
٤. عندما أستطيع الجلوس، يمكنني استكشاف الألعاب بيدي الاثنتين. أحب أن أضع الألعاب في فمي وأرى ما يمكنني فعله بهذه الألعاب. اجعليني أضرب الأشياء ببعضها - أحب تقليدك!
٥. عندما تضعيني على بطني، ضعي ألعابًا جديدة ومثيرة بعيدًا عن متناول يدي - أستطيع التدحرج أو الزحف لرؤيتها. قريبًا سوف أزحف وأستكشف الأماكن التي أريد الذهاب إليها - سلة أو صندوق، ربما؟

(Luckenbill, 2016).

توظيف المعلمات المهنيات للممارسات الملائمة نمائيًا. (إطار المنهج للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠).



## الممارسات الملائمة نمائياً لدعم معيار الصحة والتطور البدني

الممارسة غير الملائمة نمائياً	الممارسة الملائمة نمائياً
<p>◀ دفع الأطفال لتطوير مهارات معينة على الرغم من عدم استعداد الأطفال للقيام بهذه المهارات.</p> <p>◀ قيام مقدّمات الرعاية بفعل أشياء للأطفال الرضع والتي يمكنهم القيام بها بأنفسهم أو قيام مقدّمات الرعاية ببعض المساعدة في فعل هذه الأشياء.</p> <p>◀ عدم وجود سجاد ولا تباين بين المناطق اللينة والصلبة.</p> <p>◀ مناطق اللعب خالية من المحفزات ومصممة فقط لسهولة التنظيف لكنها تفتقر إلى دعمها بالأنسجة والمستويات المختلفة.</p> <p>◀ يقتصر وجود الأطفال على مهودهم أو مقاعدهم لفترات طويلة.</p> <p>◀ يتم تقييد الأطفال في أسرّتهم ومقاعدهم لفترات طويلة من الوقت (بشكل أساسي تهدف هذه الممارسة غير الملائمة إلى راحة مقدمة الرعاية).</p> <p>◀ الأطفال قادرون على التنقل واستكشاف بيئتهم لكن مقدّمات الرعاية لا يفضلن الأطفال غير الدارجين عن الأطفال الآخرين أو لا يقيبن بالقرب منهم لحماية الأطفال من الأذى.</p> <p>◀ مقاطعة الأطفال، ووضع الألعاب في أيديهم بشكل مباشر أو نقل الألعاب إلى مكان بعيد عن متناول أيديهم.</p> <p>◀ قيام مقدّمات الرعاية بالحدّ من حركة الأطفال أو إيقائهم في أسرّتهم لتقييد قدرتهم على الحركة والاستكشاف.</p> <p>◀ قيام مقدّمات الرعاية بتوفير ألعاب كبيرة الحجم؛ بحيث لا يستطيع الأطفال الإمساك بها وحملها، أو توفير ألعاب صغيرة الحجم جداً لها عواقب غير محمودة فقد يبتلعها الطفل.</p> <p>◀ توفر مقدّمات الرعاية الألعاب التي تدار فقط بالبطارية والتي تجعل الأطفال منهمكين فقط في المشاهدة، وتفتقر هذه الألعاب إلى التنوع من حيث الملمس والحجم والشكل.</p> <p>◀ تُخزّن الألعاب في صندوق وتُخرج بطريقة غير مرتبة أو توضع الألعاب في مجال بعيد عن متناول الأطفال.</p> <p>◀ يتم تقييد حركة الأطفال الرضع بمقاعدهم لتغذيتهم.</p> <p>◀ تقييد الأطفال في أسرّتهم أو مقاعدهم والاقتراب على إمدادهم بالبيزات.</p> <p>◀ عدم وضوح وتدوين سياسات وإجراءات ضمان مكان صحي للأطفال.</p> <p>◀ عدم تنظيم المساحة المحيطة بالأطفال لتعزيز اعتبارات الصحة والسلامة أو أن البيئة نظيفة وآمنة ولكنها عقيمة وتخلو من أفكار لتطوير حركة الأطفال.</p>	<p>◀ احترام مقدّمات الرعاية للقدرات الفردية للأطفال الرضع ويستجبن بشكل إيجابي لتطوير المهارات الجديدة لكل طفل.</p> <p>◀ توفير مجموعة متنوعة من تجارب الملمس المختلفة للأطفال (الناعمة والصلبة، ومجموعة متنوعة من المستويات المختلفة).</p> <p>◀ وضع مقدّمات الرعاية الأطفال الرضع في أسرة النوم لغرض النوم فقط، وليس لغرض اللعب. وفي أثناء فترات اللعب، تضع مقدّمات الرعاية الأطفال على أسطح ثابتة حتى يتمكنوا من التحرك بحرية وأمان.</p> <p>◀ قيام مقدّمات الرعاية بنقل الأطفال غير الدارجين بشكل دوري علي مدار اليوم؛ لمنحهم رؤى مختلفة ومتنوعة بخصوص ما يمكنهم النظر إليه واستكشافه.</p> <p>◀ قيام مقدّمات الرعاية بتقدير استكشافات الأطفال ولعبيهم، ويراقبن كل طفل ويوفرن بيئة آمنة له.</p> <p>◀ معرفة مقدّمات الرعاية أن الأطفال الرضع الصغار يلعبون أولاً بأجسادهم قبل مرحلة استكشافهم تأثير العضلات الكبرى على ما يمكنهم فعله بها، ويغيرون أوضاعهم، ويشعرون بالأحاسيس المختلفة، وفي النهاية يكتشفون أيديهم وأقدامهم.</p> <p>◀ توفير مقدّمات الرعاية المواد المخصصة للعب بأحجام تلائم الطفل الرضيع الصغير؛ ليتمكن من إمساكها ومضغها والتحكم بها بسهولة.</p> <p>◀ بمجرد أن يتمكن الأطفال من الوصول والإمساك بالأشياء، توفر مقدّمات الرعاية المواد المخصصة للعب والمختارة بعناية لتكون ملائمة لتصرفات الطفل الرضيع وربما تسمح بأنواع مختلفة من التحكم (التدوير والضغط والإدخال).</p> <p>◀ تخزين مواد اللعب على أرفف مفتوحة على مدى نظر الأطفال وفي متناول أيديهم.</p> <p>◀ يتم دائماً حمل الأطفال الرضع الصغار الذين يرضعون من الزجاجة بزاوية.</p> <p>◀ تتبع مقدّمات الرعاية إجراءات الصحة والسلامة بما في ذلك غسل اليدين واتباع الاحتياطات العامة.</p> <p>◀ إعداد المساحات وتهيتها بشكل جيد مع مراعاة اعتبارات الصحة والسلامة.</p>

(Copple et al., 2013, 56-59).

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (١) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من الميلاد حتى ٣ سنوات).

## الممارسة الثالثة

### تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي.

تستغل المعلمات المهنيات معرفتهن بمحتوى مادة النشاط لبناء منهج ذي معنى وتوفير فرص تعلم هادفة للأطفال. [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-1 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\).](#)

## إرشادات للمعلمة

### توفير مساحات للأطفال الرضع بشكل يضمن السلامة ويعزز الصحة.

من الجدير بالذكر أن ضمان صحة الأطفال الرضع وسلامتهم من أهم الاعتبارات عند تصميم أي مساحة للأطفال. وذلك لأن الإعدادات الآمنة تتضمن قيام الأطفال بالاستكشاف بحرية، وهذا بدوره يدعم إحساسهم النامي بالذات، كما تساهم هذه الإعدادات الآمنة في دعمك كمقدمة رعاية، فبدلاً من قضاء معظم وقتك في مراقبة الأطفال الرضع منذ بداية قيامهم بالتحرك للحفاظ على سلامتهم، سيكون لديك المزيد من الفرص للتفاعل معهم والاستجابة لهم. إن البيئة الصحية تقلل من احتمالية الإصابة بالأمراض وانتشارها وتعزز الصحة العامة للأطفال الرضع. ويجب العلم بأن ضمان الحفاظ على بيئة آمنة وصحية للأطفال الرضع الصغار والفطم يتضمن تفاصيل كثيرة، وفيما يلي بعض الإرشادات المهمة الخاصة بتحقيق سلامة الأطفال:

### ١. إرشادات السلامة: استخدام الألعاب والمعدات والمواد التي لا تحتوي على أجزاء صغيرة حتى تكون آمنة للأطفال الرضع الصغار

#### ما الإجراءات الواجب على المعلمة القيام بها؟

احرصي على تقديم الألعاب الآمنة للأطفال الرضع. استخدمي مواد متينة وسهلة التنظيف لأن الأطفال سيضعونها في أفواههم. تأكدي من أن المواد والمعدات، بما في ذلك الدمى والحيوانات المحشوة، لا تحتوي على أجزاء صغيرة ممكن بلعها، وهو الأمر الذي يعرض الأطفال الرضع لخطر الاختناق. احتفظي بجميع الأشياء الصغيرة والتي تعرّض الأطفال لخطر ابتلاعها بعيداً عن متناولهم. يعتبر أي شيء خطير إذا كان يمكن مروره عبر الأسطوانة الصغيرة (بطول ٢,٢٥ بوصة وعرض ١,٢٥ بوصة) والمستخدم لفحص مخاطر الاختناق للأطفال الذين تقل أعمارهم عن ٣ سنوات.



إرشادات  
المعلمة

اختاري المعدات التي لن تعرّض رأس أو أطراف الأطفال الرّضع الصغار للحبس بداخلها. تأكّدي من أن المعدات (مثل: عربات الأطفال، والأراجيح، والحصان الهزاز، وحمالات نقل الأطفال) جميعها مناسبة لطول الرضيع ووزنه. استخدمي دائماً أحزمة الأمان، ووضعي المعدات على الأرض حتى لا يتعرض الأطفال للسقوط منها. افحصي المواد والمعدات بانتظام لتحديد أو إزالة أو إصلاح أي أشياء قد تتسبب في إصابة الأطفال الرّضع. وعليكِ مراعاة أن مشايات الأطفال ليست آمنة للاستخدام، حتى مع وجود شخص بالغ بالقرب منهم.

## ما النتائج والفوائد العائدة على الأطفال بالنفع من هذه الإجراءات؟

سيصبح الأطفال الرّضع الصغار أكثر وعياً ببيئتهم، سيستطيعون استخدام أيديهم وأفواههم للاستكشاف. سيستطيع الطفل الرضيع الإمساك بالمواد التي في متناول يده وإحضارها إلى فمه دون تعرضه للأذى. يساهم توفير الألعاب والمواد التي لا تحتوي على أجزاء صغيرة أو فضاضة في تجنب تعرض الأطفال لمخاطر الاختناق. يجب على المعلمة تخزين البطاريات الصغيرة والتي تكون في حجم الرز والمغناطيس بعيداً عن متناول أيدي الأطفال الرّضع الصغار، ولا بد من إزالة المواد الخطرة عن مجال الأطفال الرّضع الصغار. إن وضع الأشياء الثقيلة على الرفوف السفلية يقلل من خطر إصابة الأطفال من جراء سقوط اللعبة عليهم.

إن استخدام المعدات المناسبة لعمر الأطفال تمنع الإصابات الناجمة عن الوقوع في فخ أو فتحة بداخل هذه المعدات. تقوم أحزمة الأمان بتثبيت الطفل في عربة الأطفال أو الأرجوحة أو الحصان الهزاز أو حمالات الأطفال أو أي معدات أخرى. كما تساهم أحزمة الأمان في التقليل من مخاطر السقوط التي قد يتعرض لها الأطفال. من الأفضل عدم استخدام مشايات الأطفال لأنها قد تتدحرج على الدرج، أو تسهّل على الأطفال الوصول إلى شيء قد لا يكون آمناً لهم.

## ٢. إرشادات السلامة: توفير بيئات لعب آمنة في الهواء الطلق:

### ما الإجراءات الواجب على المعلمة القيام بها؟

يَعُدُّ التعرف على العالم الطبيعي أمراً ممتعاً للأطفال من جميع الأعمار، بما في ذلك الأطفال الرّضع الصغار. إن وضع البطانية على العشب أمر مهم لتوفير سطح ناعم ونظيف للعب الأطفال في الهواء الطلق. استثمري ظل الأشجار أو مظلة عربة الأطفال أو الملابس لتغطية جلد الرّضع وقبعة عريضة الحواف لحمايتهم من أشعة الشمس المباشرة. وفي حالة عدم توفر الملابس الواقية والظل، استخدمي بعد موافقة الأهالي واقية شمس آمن لعدم تسبب الحساسية للطفل على مناطق صغيرة فقط من الجسم، مثل: وجه الطفل. ووفري للأطفال ملابس مناسبة للطقس واجعلي الأطفال بالداخل عند وجود درجات حرارة شديدة.

## ما النتائج والفوائد المرجوة من هذه الإجراءات؟

إن توفير فرص آمنة لاستكشاف المشاهد والأصوات في الطبيعة يدعم نمو الأطفال. فحماية الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ٦ أشهر من حروق الشمس بالملابس والقبعات والظل تعتبر أفضل طريقة لحمايتهم من حروق الشمس. ولا يستطيع الأطفال الصغار تنظيم درجة حرارة أجسامهم جيدًا، ولهذا، فإن إبقائهم في الداخل في أثناء درجات الحرارة الشديدة يحميهم من ارتفاع درجة الحرارة.

(Head Start/ECLKC, Administration for Children and Families n.d)

### ٣. إرشادات السلامة: انظري إلى فصلك من منظور الوالدين:

#### ما الإجراءات الواجب على المعلمة القيام بها؟

يجب مراعاة مجموعة من الاحتياطات الوقائية في برامج الأطفال الجيدة للحفاظ على صحة وسلامة الأطفال. تقوم المعلمات بفحص البيئة المحيطة قبل وصول الأطفال والتأكد من أنها في حالة جيدة طوال اليوم. قد لا يلاحظ الآباء والأسر هذه الاحتياطات على الفور، أو قد لا يعرفون ما الذي يبحثون عنه. فيما يلي بعض الأمور التي تشاركها المعلمة مع الوالدين والعائلات؛ لمساعدتهم على فهم الاحتياطات الوقائية اللازمة:

- ◀ تغطية فتحات المنافذ الكهربائية بأغطية حماية.
- ◀ الألعاب نظيفة ومصنوعة من مواد غير سامة وكبيرة بما يكفي بحيث لا يمكن ابتلاعها، ولا تحتوي الألعاب على أجزاء صغيرة أو قابلة للكسر.
- ◀ الكراسي المرتفعة وطاولات التغيير وعربات الأطفال مجهزة بأحزمة أمان؛ وتحرص المعلمات دومًا على استعمال أحزمة الأمان للأطفال.
- ◀ أسرة الأطفال تفي بالمعايير الحالية لبرامج الأطفال الرضع الصغار.
- ◀ يتم الاحتفاظ بمجموعة إسعافات أولية كاملة التجهيز وفي متناول اليد.
- ◀ منطقة تغيير الحفاضات منظمة بشكل جيد؛ بحيث يسهل الوصول إلى المستلزمات اللازمة والملابس الإضافية. يوجد في هذه المنطقة أيضًا حوض، مزود بمناشف ورقية مطهرة، وسلّة قمامة تفتح بسهولة عن طريق دواسة قدم.
- ◀ يتم حمل الأطفال الرضع بزواوية عند القيام بإرضاعهم عن طريق الزجاجات، ولا يُترك الأطفال أبدًا "لإطعام أنفسهم" عن طريق الزجاجات المسندة على الوسائد.

## ما النتائج والفوائد المرجوة من هذه الإجراءات؟

يشعر والدا الأطفال الرضع الصغار بالعديد من المشاعر عند ترك أطفالهم تحت رعايتك. ولذا، من خلال مشاركة معلومات الصحة والسلامة سيسهران براحة أكبر فتقل حدة توترهم وقلقهم على أطفالهم. فضلًا عن ذلك فإن مشاركة معلومات الصحة والسلامة ترسل رسالة مفادها أن الوالدين يعتبران شركاء فاعلين في دعم تجارب أطفالهم في البرنامج.

[\(Infant Program Health and Safety Checklist, n.d.\)](#)

تعمل المعلمات المهنيات على تعميق مهارات تخطيط وتنفيذ المناهج الدراسية من خلال: النظر في فرص دعم الصحة والتطور البدني على مدار اليوم [\(الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة، ٢٠١٨، ٦٨-٧١\)](#).

## موقف افتراضي

تدرك المعلمة جنان معلمة الأطفال الرضع الصغار والمعلمة سمر معلمة الرضع الدارجين بأن النمو البدني للأطفال يبدأ في مرحلة الطفولة، وأن تزويد الأطفال في غرف صفهم بالتجارب والتفاعلات التي يحتاجونها لتطوير المهارات البدنية المبكرة سيشكل ركيزة أساسية للتطور لاحقًا. لقد بدأت المعلمتان العام بموضوع "كل شيء عني" بهدف بناء خطة للتركيز القوي على معيار الصحة والنمو البدني، وتوفير الفرص التي تعزز مهارات النمو البدني المبكرة طوال اليوم، بالإضافة إلى ذلك، ستركزان على تقديم الخبرات لدعم لصحة والسلامة ورفاهية الأطفال.

**الخطوة الأولى:** ستبدأ المعلمة عملية التخطيط الخاصة بها من خلال ملاحظاتها للأطفال في المجموعة لمعرفة ما الذي يستطيع الأطفال فعله حاليًا وما ينبغي التركيز عليه للمساهمة في تطورهم. ستقوم المعلمة بتوثيق ملاحظاتها الفردية لمساعدتها في التعرف على أنماط الاهتمامات والقدرات بين مجموعة الأطفال. [\(أدوات الملاحظة في دليل المعلمة الخاص بمعايير التعلم المبكر النمائية للأطفال من عمر الميلاد -٣ سنوات، ص ٥٣-٥٤\)](#).

**الخطوة الثانية:** بعد ذلك، بناءً على ملاحظاتها، ستفكر المعلمة في كيفية استخدام بيئتها التعليمية لتقديم المواد التي يمكن أن تدعم معيار الصحة والنمو البدني.

## اللعب والبيئة التعليمية



موقف افتراضي

#### منطقة الوصول: <

- الملف الخاص بكل عائلة والتي تمثل توثيق ومتابعة المهام الروتينية المنزلية وتفضيلات الطعام وموضوعات صحية أخرى.
- صور الأطفال وأسرهم.

#### منطقة القيلولة: <

- تخصيص مساحة تتحكم في الضوء والصوت، لتضمن للأطفال النوم في أوقات مختلفة والحصول على الراحة والنوم بعمق.

#### منطقة الحفاضات: <

- بعض الأشياء المعلقة للأطفال لمشاهدتها وضربها وإمسакها.
- المرايا الموجودة في مستوى النظر.

#### منطقة اللعب: <

- الأشياء المحمولة والمعلقة والتي يمكن للأطفال مشاهدتها وضربها وإمسакها.
- خشيشات وأشياء أخرى مختلفة القوام يمكن للأطفال مسكها ورجمها، إلخ.
- حاويات الأشياء الآمنة لتفريغها واستكشافها.

#### منطقة اللعب بالخارج: <

- تحتوي على البطانيات التي تمكّن الأطفال بشكل آمن من الاستلقاء على ظهورهم أو بطونهم.

**الخطوة الثالثة:** بعد ذلك، ستفكر المعلمة في جدولها **روتينها اليومي** وكيفية بناء الفرص الملائمة لتطوير الصحة والتطور البدني على مدار اليوم.

## الروتين اليومي

الروتين	الخبرة التعليمية/النشاط
الوصول والمغادرة	<ul style="list-style-type: none"> <li>كذبي وقتًا كافيًا للتحدث مع كل من الوالدين عن طفلكم / قومي بإعداد أو مراجعة الكتب التي توثق الروتين المنزلي.</li> <li>احملي الأطفال وتجوّلي بهم في أرجاء الغرفة لإلقاء نظرة على مختلف الأشياء والكائنات المعروضة أمامهم.</li> </ul>
وقت اللعب / الأرضية	<ul style="list-style-type: none"> <li>ضعي الأطفال على بطونهم فوق فرشاة مناسبة لمساعدتهم على تطوير قوة الرأس والرقبة.</li> <li>ضعي المواد (مثل: الخشيشات والكرات) في متناول أيدي الأطفال.</li> <li>وفري حاويات من الأشياء الممتعة الآمنة أمام الأطفال ليتمكنوا من فهمها والتلاعب بها والإمساك بها عن طريق الفم.</li> <li>وفري مساحات آمنة للأطفال لاكتشاف اليدين والقدمين في أثناء الاستلقاء على ظهورهم.</li> </ul>
وقت تغيير الحفاضات	<ul style="list-style-type: none"> <li>تحدثي بهدوء مع الأطفال وحركي الذراعين والساقين برفق.</li> <li>توفير أشياء للأطفال لحملها وإمساكها في أثناء تغيير الحفاضات.</li> </ul>
وقت التغذية	<ul style="list-style-type: none"> <li>امسكي الأطفال بزاوية عند إرضاعهم عن طريق الزجاجة.</li> <li>إدخال الأطعمة تدريجيًا بالشراكة مع الأسرة.</li> </ul>
وقت النوم	<ul style="list-style-type: none"> <li>ضعي الأطفال على ظهورهم استعدادًا للنوم.</li> <li>امسكي الأطفال وقومي بهزهم أو تجولي بهم عند الاستيقاظ أو النوم.</li> </ul>
طوال اليوم	<ul style="list-style-type: none"> <li>توفير الفرص المتعددة للتعلم من خلال استخدام الأطفال لحواسهم (اللمس، الصوت).</li> </ul>

**الخطوة الرابعة:** مراجعة **معايير التعلم المبكر النمائية من الميلاد حتى ٣ سنوات**. والتفكير في الأساليب التي يمكنها استخدامها لتطبيق معايير التعلم المبكر النمائية فيما يخص الممارسة اليومية. تنفيذ الخطوات التالية للتخطيط وتعزيز فرص لتطوير المهارات الحركية والعادات الصحية المبكرة.

## تطبيق معايير التعلم المبكر النمائية الخاصة بالصحة والتطور البدني

### ١.٠ التطور الحركي للعضلات الكبرى:

المؤشر	دور المعلمة
﴿ يطور الطفل قدرته وتحكمه برأسه وذراعيه ورجليه وجذعه مستخدمًا حركات مقصودة.	﴿ ضعي الأطفال على بطونهم فوق السجاد حيث يمكنهم رفع أذرعهم رؤوسهم. ﴿ استخدام الأشياء المحمولة والأشياء المعلقة في "الصالة المخصصة للألعاب": ليتمكن الأطفال من الوصول إلى هذه الأشياء وإمسакها وضربها وركلها وهم على ظهورهم.
﴿ يدرك جسمه وذراعيه ورجليه ببعض التناسق.	﴿ مراقبة الأطفال وتسجيل التغييرات في التنسيق بين أعضاء أجسامهم وقوتها.

### ٢.٠ التطور الحركي للعضلات الصغرى:

المؤشر	دور المعلمة
﴿ يستخدم يديه أو رجليه للمس الأشياء أو الناس.	﴿ استخدام الأشياء المحمولة والأشياء المعلقة في "الصالة المخصصة للألعاب" ولمسها باليد والأقدام. ﴿ وضع الأطفال بحيث يمكنهم الوصول إلى مقدمي الرعاية ولمسهم (على سبيل المثال: في أثناء تغيير الحفاضات والتغذية... وما إلى ذلك).
﴿ ينسق بين عينيه ويديه للوصول للأشياء والتقاطها واستكشافها.	﴿ استخدام الأشياء المحمولة والأشياء المعلقة في "الصالة المخصصة للألعاب" ولمسها باليد والأقدام. ﴿ وضع خشخيشات وأشياء آمنة من مواد مختلفة في متناول الأطفال.
﴿ يقوم بتصرفات مختلفة مع الأشياء كوضعها في فمه أو طرقتها.	﴿ توفير مجموعة متنوعة من الأشياء للأطفال لاستكشافها بأمان (على سبيل المثال: سلة تحتوي على كائنات وأشياء يمكن استخدامها بطرق متنوعة).

### ٣.٠ الصحة والسلامة العامة

المؤشر	دور المعلمة
﴿ يعبر عن احتياجاته البدنية بالكلام أو بدون كلام.	﴿ مراقبة الأطفال والاستجابة للإشارات الصادرة منهم.
﴿ يستجيب خلال القيام بخطوات أعمال العناية الشخصية الاعتيادية.	﴿ التحدث مع الأطفال في أثناء إجراءات العناية الشخصية بهم، والاندماج في التفاعل معهم ذهابًا وإيابًا والاستجابة لألفاظهم وتعبيرات وجوههم.



## ٤.٠ الصحة الفموية

المؤشر	دور المعلمة
◀ تقوم مقدمة الرعاية بمسح لثة الطفل برفق بعد إطعامه.	◀ اتباع إرشادات الصحة والسلامة لدعم الصحة الفموية.
◀ عدم ترك الطفل في سريره لينام ومعه زجاجة الحليب.	◀ التأكد من وضع الأطفال في أسرتهم في أثناء النوم بدون زجاجات بجانبهم.
◀ يتضايق أو يبكي خلال عملية التسنين (يقصد بالتسنين نمو الأسنان من خلال اللثة، وهي عملية طبيعية قد تتسبب في تضايق الطفل جدًا).	◀ مراقبة وتسجيل مؤشرات التسنين وتبادل المعلومات مع العائلات. ◀ الاستجابة لانزعاج وبكاء الأطفال بطرق تهدئ من بكائهم (الإمسك، التآرجح).

## ٥.٠ الصحة الغذائية

المؤشر	دور المعلمة
◀ يُظهر الطفل شعوره بالجوع بوضوح.	◀ الاستجابة لإشارات الأطفال الخاصة بالجوع.
◀ ينظم الطفل سرعة ومقدار أكله.	◀ استخدام المراقبة والتوثيق لتتبع القدرة على تنظيم الأكل.
◀ يتم تقديم طعام سهل الهضم للطفل فيما بين الشهر الرابع والسادس. فتبدأ بتقديم الطعام الصلب المخلوط مع الحليب (حليب أمه أو الحليب الصناعي) على أن يشتمل على نوع من الحبوب، ثم تدريجيًا نضيف الفاكهة والخضراوات واللحوم المهروسة.	◀ العمل مع العائلات لتخطيط متى وكيف يتم تقديم الأطعمة الصلبة. ◀ التأكد من أن الأطعمة في المنزل والمدرسة متوافقة ومأوفة عند الطفل. ◀ الحرص على أن تكون الأطعمة مغذية، بدون نسب عالية من السكر أو الملح.

## إرشادات للمعلمة

- ◀ الحد من استخدام الأجهزة التي تقيد الحركة مثل: مقاعد الرضع وحاملات الأطفال المختلفة التي تحد من حركة الأطفال، ويستثنى من ذلك الضرورة الملحة لضمان سلامة الطفل.
- ◀ ضعي الأطفال دائمًا على ظهورهم للنوم الآمن وعلى بطونهم لمراقبتهم وقت اللعب في أثناء تقوية عضلات الذراع / الساق والرقبة والعضلات الأساسية.
- ◀ السماح للأطفال بتجربة المساحات المفتوحة خلال استيقاظهم، مثل: الاستلقاء على بطانية موجودة على الأرض أو في الهواء الطلق على منطقة العشب المظلة.

**الخطوة الخامسة:** أخيرًا، الاستمرار في مراقبة وتوثيق ردود أفعال الأطفال على المواد المقدمة لهم وكيفية تفاعلهم معها، والتفكير في تجاربهم، والنظر في طرق دعم اهتمامات الأطفال وتطورهم أو الاستفادة منها في المستقبل.



إرشادات  
المعلمة

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٤) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من الميلاد حتى ٣ سنوات).

## الممارسة الرابعة

### حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر.

(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٩-٤٠)

## مصادر المعلمة

### التعمق في خلق بيئات تعليمية للأطفال الرضع الصغار: اللعب الحسي

حتى الأطفال الرضع الصغار يمكنهم المشاركة في اللعب الحسي! سيساعدهم ذلك على التكيف مع البيئة المحيطة، والتعامل مع الأساسيات المختلفة على أيديهم وأجسادهم، وتعلم مهارات استخدام العضلات ومهارات التوازن التي تمكن الأطفال من الحصول على شيء ما. عندما يقوم الأطفال باستكشاف شعورهم عند لمس الأشياء بأيديهم، مثلًا: اختبار تغير الماء عند تحريكه برفق أو بقوة، اكتشاف الأشياء التي تبدو لزجة أو رطبة، فهم أيضًا يكتسبون أسس الرياضيات والعلوم. وسيدؤون أيضًا في اكتساب اللغة عندما تتحدث المعلمة عن اللمس والخصائص الأخرى التي يختبرونها. إن اللعب الحسي للأطفال الرضع الصغار هو بداية رحلة مدى الحياة لاكتشاف كيفية عمل المواد وكيفية دمجها.

فيما يلي بعض النصائح لدعم اللعب الحسي للأطفال الرضع الصغار:

تذكري:

- ◀ بما أن الأطفال يتعلمون بكل حواسهم، فإن اللعب الحسي يحدث طوال اليوم.
- ◀ سوف يقوم الأطفال الرضع الصغار باستخدام أفواههم لأكل أو شرب أي مواد حسية، لذلك يجب عليك مراقبتهم عن كثب عند استكشافهم المواد المحيطة بهم.
- ◀ ضعي مادة تقوم بامتصاص السوائل التي قد تنسكب في المساحة المحيطة؛ لتيسير عملية التنظيف.

إليك ما يمكنك فعله:

- ◀ بالنسبة للأطفال الرضع الذين تبلغ أعمارهم ستة أشهر أو أكثر، يجب توفير مواد غير سامة ذات نهايات مفتوحة من الطرفين لاستكشافها، مثل: حاوية صغيرة من الماء بها أكواب أو سلة بها جريدة مجعدة، قدمي سلة من الأصابع الملونة (مصنوعة من نشا الذرة والماء ومطبوخة قليلاً مع إضافة ألوان الطعام).
- ◀ استخدم الحاويات والأحواض المنخفضة حتى يتمكن جميع الأطفال من الوصول إليها.
- ◀ احتفظي بمواد التنظيف في مكان قريب.

(Luckenbill et al., 2019, 44).



مصادر  
المعلمة

## لحظة تأمل

- ما مدى ارتياحك للأنشطة الفوضوية في صفك؟
- ما أكبر مخاوفك بشأن توفير تجارب لعب ملائمة للأطفال الرضع؟
- ما الذي ترغبين في تجربته؟

## تطبيق معيار الصحة والتطور البدني على الأطفال الرضع الدارجين (٦-١٨ شهرًا):

”قد يتدحرج [الطفل الرضيع الدارج]، أو ينطلق، أو يسحب نفسه للوقوف، أو يسير بمحاذاة الرفوف أو حاجز الدرج عن طريق السير في اتجاه جانبي أو الإمساك بالقطع الحديدية في حاجز الدرج، أو اتخاذ خطوة أولى. يخلق هذا التحرك الجديد فرصًا مثيرة للأطفال للقيام بالاستكشاف والتعلم، والبحث عن أنشطة شيقة بمفرده.“



(Luckenbill et al., 2019, p. 50).

**السؤال: ما الذي تفعله المعلمات المهنيات لتوظيف معيار الصحة والتطور البدني ضمن المنهج الدراسي الخاص بفئة الرضع الدارجين (٦-١٨ شهرًا)؟**

**الجواب: على المعلمات المهنيات اتباع الممارسات التربوية الآتية:**

### الممارسة الأولى

**وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلمه.**

إن المعلمات المهنيات يفهمن طبيعة الأطفال الرضع الدارجين والأشياء التي يتعلمونها.

## السؤال: ما المهام الرئيسية التي يعمل عليها الأطفال الرضع الدارجين لتطوير معيار الصحة والنمو البدني؟

الجواب: الأطفال الدارجون (من عمر ٦ - ١٨ شهرًا)، تتضح مهاراتهم فيما يلي:

- ◀ الوقوف عن طريق الإمساك بشيء.
- ◀ اتخاذ وضعية الجلوس.
- ◀ الجلوس بدون دعم.
- ◀ سحب أنفسهم للوقوف.
- ◀ الزحف.
- ◀ الوصول إلى وضعية الجلوس بدون مساعدة.
- ◀ الوقوف، والمشي ممسكًا بالأثاث .
- ◀ التحرك بضعة من الخطوات دون الإمساك بشيء.
- ◀ الوقوف بمفرده.
- ◀ يمشي وحيّدًا.
- ◀ مشي بعضًا من الخطوات والجري.
- ◀ سحب الألعاب في أثناء القيام بالمشي.
- ◀ المساعدة على خلع ملابسه.
- ◀ الشرب من الكوب والأكل بالملعقة.

(CDC, n.d).

توظيف المعلمات المهنيات للممارسات الملائمة نمائيًا: [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\)](#)

## السؤال: ما الواجب على المعلمات فعله لتطبيق معيار الصحة والنمو البدني خلال فترات البرنامج اليومي ضمن منهج تعلم للأطفال الدارجين؟

الجواب: إليك ما يمكنك فعله:

- ◀ توفير مناطق آمنة حيث يمكن للأطفال الدارجين البدء في التحرك بمفردهم.
- ◀ كوني على مقربة من الأطفال الدارجين ولاحظي ما يثير اهتمام كل طفل. راقبي بعناية مرحلة البداية لاكتساب مهارات جديدة.
- ◀ تأكدي من شعور الأطفال الدارجين بالأمن والأمان بما يكفي للحركة بعيدًا عن مقدمات الرعاية الأساسية.
- ◀ تشجيع حركة الأطفال ذاتية التوجيه من خلال التعبير عن تقدير الأطفال وإعطائهم الفرصة لبدء مبادرة التحرك.
- ◀ التحرك مع الأطفال وتقدير المهارات الجديدة بتعليقات محددة.

استخدام المهام الروتينية بوصفها فرصًا كامنًا لبناء مهارات الأطفال الحركية واكتساب مهارات المساعدة الذاتية لأنفسهم.

توفير الألعاب لممارسة المخططات الذهنية الخاصة بالتعلم، مثل: الوصول، والإمساك، والضرب، والرمي، والتفريغ، والحشو، والرج، والفتح، والإغلاق.

(Luckenbill et al. 2019; NAEYC 2016; California Department of Education 2013)

## إرشادات للمعلمة

**السؤال: ماذا عليّ أن أفعل لخلق بيئة تعليمية تدعم معيار الصحة والنمو البدني للأطفال الدارجين؟**

**الجواب:** فيما يلي بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لإنشاء بيئة تدعم معيار الصحة والنمو البدني:

وفري مساحة كبيرة مع أرفف وأشياء متينة أخرى؛ ليتمكن الأطفال من سحبها مع تهيئة بيئة آمنة تمامًا تسمح للأطفال بالاستكشاف بحرية. ومع تزايد قدرة الأطفال على الحركة، غالبًا ما سيقومون بحمل أشياء معهم في أثناء تنقلهم.

استخدمي حواجز تتيح لك توفير المعدات الملائمة للأطفال القادرين والمستعدين لخوض تجربة استكشاف هذه المعدات، مع حماية الأطفال الآخرين غير المستعدين لذلك.

وفري سطحًا ملائمًا لتغيير الحفاضات مدعّمًا بسلاسل للأطفال ليصعدوا عليها عند تغيير الحفاضات، أو سطحًا محاطًا بحواجز متين يسمح للأطفال الدارجين بالوقوف بأمان.

وفري مجموعة متنوعة من المعدات التي يمكن للأطفال استخدامها دون مساعدة والتي تساهم في دعم حركتهم أيضًا (السلاسل، المقاعد، المكعبات الكبيرة).

ضعي مرآيًا مقاومة للكسر في الأماكن التي يمكن للأطفال الدارجين رؤية تحركاتهم من خلال هذه المرايا (أحيانًا يصبح الأطفال مهتمين جدًا برؤية أنفسهم وهم يحركون أجسادهم).

اصنعي منحدرات منخفضة للأطفال الدارجين للزحف لأعلى ولأسفل، وقومي بعمل نفق ليتمكن الأطفال من الزحف من خلاله.

قومي بتغيير المواد والمعدات وتكييفها بشكل دوري لمطابقة مستوى التقدم المراد تحصيله والحفاظ على مشاركة الأطفال بشكل فعال دومًا.

وفري أشياء آمنة للرمي مثل: الكرات الطرية مع استخدام صناديق كبيرة ليتمكن الأطفال من رمي الكرات فيها.



إرشادات  
المعلمة

## إرشادات للمعلمة

الأطفال الدارجون هم مستكشفون سريعون وقادرون بطبيعتهم، لذلك يجب أن يعكس تصميم الغرفة هذه الطبيعة الشخصية. نظرًا لأنهم يستطيعون التنقل والحركة في الأماكن التي تثير اهتمامهم، وتحديد مكان التواجد وما الذي يريدون فعله، فاجعلي من السهل وصول الأطفال الرضع الدارجين إلى كل مكان محيط بهم. وقدمي مجموعة من الخيارات في كل منطقة لتحفيز الأطفال على التطور والنمو في جميع مجالات نموهم المنشودة. (Luckenbill et al., 2019, 62)

## إرشادات للمعلمة

يحب الأطفال الرضع الدارجون القيام بنشاط "التفريغ والتعبئة" الخاصة بالمواد. ومن هذا المنطلق وفري ما يكفي من السلال والدلاء والمجارف والأوعية لهذا النوع من النشاط. في بعض الأحيان، تكون الألعاب المفضلة هي الأواني والمقالي البسيطة أو القماش المنسوج الذي يمكن العثور عليه في المنزل.

(Luckenbill et al., 2019, 62)

### الممارسة الثانية

**توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل، والبناء على هذه المعارف من أجل خلق فرص تعليمية لكل طفل في المجموعة.**

تلاحظ المعلمات المهنيات وتوثق تعلم وسلوكيات الأطفال. [\(إطار المنهج للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\).](#) [\(الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة، ٢٠١٨، ٦٨-٧١\).](#)

### تبدأ عملية تخطيط المنهج الدراسي بالملاحظة والتوثيق والتأمل.

يبدأ تخطيط مناهج الأطفال الرضع/ الفطم بقيام المعلمات بالاستكشاف، من خلال الاستماع والمراقبة الدقيقة، لنمو كل طفل. وفي هذا الصدد يجب التنويه على أن الملاحظة هي مهارة أساسية في عملية التعليم، فعندما تتعهد المعلمات بملاحظة الأطفال بعناية، فسيقمن باستكشاف كيف يقوم الأطفال بشكل فردي بالاكشاف وإيجاد معنى مرتبط بكل لحظات اللعب والتفاعل اليومية التي يعيشها الأطفال.

(California Department of Education, 2012, 26).



## إرشادات للمعلمة

تُعدّ عملية التوثيق جزءًا مهمًا من عملية الملاحظة. ويساعد التوثيق القائم على الملاحظة المعلمات على تحضير وتخطيط الممارسة التربوية التالية الخاصة بتعلم الأطفال. كما تثرى عملية التوثيق الخطط الدراسية الخاصة بالمنهج الدراسي نظرًا لأن المعلمات يصبحن قادرات على التنبؤ بما سيفعله كل طفل على الأغلب. وفيما يلي بعض الطرق التي يمكن من خلالها توثيق التعلم:

- ◀ استخدمي سجلات مكتوبة لكل ما تشاهدينه وتسمعيه (بعض المعلمات يحملن دائمًا دفتر ملاحظات صغيرًا معهن أو أوراق ملاحظات لاصقة لتسجيل مشاهداتهن وملاحظتهن على الفور).
- ◀ عززي الملاحظات المكتوبة بصور فوتوغرافية أو مقاطع فيديو لتسجيل حدثٍ ما أو سلسلة من الأحداث.

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٣) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني للدارجين في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من الميلاد حتى ٣ سنوات).

## إرشادات للمعلمة



### أفضل ثلاث ممارسات لمراقبة تطوير العضلات للأطفال الدارجين:

- ◀ تقدير التعلم. توثيق ووصف المحاولات المبكرة للأطفال للقيام بحركات جديدة. عندما تتعرفين على مهارات التطور الجديدة ( مناغاة الجسم: هي القيام بحركات عشوائية بشكل متكرر لمدة قصيرة ) ابحثي عن الطرق التي يمكنك من خلالها المساعدة في حدوث هذه التطورات.
- ◀ لاحظي كيف يؤثر مزاج الطفل على الحركة والأنشطة العضلية، ولاحظي النهج الفردي لكل طفل في الحركة. هل الطفل حذر أم غير خائف تمامًا؟ قدمي الأنشطة التي تلبى احتياجات الأطفال أينما كانوا.
- ◀ راقبي نفسك! احتفظي بقائمة على مدار اليوم لمعرفة عدد المرات التي قمت فيها بتوفير فرص ملائمة للأطفال الرضع الدارجين؛ لتنمية المهارات الحركية الخاصة بهم. اسألي نفسك عما إذا كان لديك أنواع مختلفة وكافية من الأنشطة في البيئة لدعم مجموعة واسعة من التطوير الحركي للأطفال.

## هل تعلمين؟

"ما تتعلمه من الباحثين عن التطور الحركي مذهل جدًّا، فقد اعتقدنا لوقت طويل أن نوعًا من المهارات العضلية يقود إلى نوع آخر. بدلًا من ذلك، اتضح أن المهارات (مثل: الزحف والمشي) تختلف تمامًا عن بعضها. يواصل الأطفال الرضع الصغار والفطم القيام بالعمل الصعب المتمثل في تعلم هذه المهارات الجديدة لأنها تستحق العناء! الزحف هو وسيلة أفضل بكثير للتجول في المكان من التدرج. كما أن المشي يتيح للأطفال الفطم فرصة رؤية العالم من وجهة نظر جديدة تمامًا - مع ميزة إضافية تتمثل في القدرة على حمل الأشياء بأيديهم. عندما تتعرفين على العمل الشاق للأطفال الفطم في تعلم مهارات حركية جديدة، ستتمكنين من دعم جميع خطواتهم على طول الطريق!"

(Petersen et al., 2016).

تقوم المعلمات المهنيات ببناء العلاقات مع المجتمع ومع أسر الأطفال: [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\)](#)

## أدوات المعلمة

### مشاركة الوالدين من خلال النشرة التثقيفية بالنمو الجسدي والحركي

يمكنك مساعدة العائلات في دعم النمو البدني للرضع في المنزل وربما إفادتهم ببعض الأشياء التي قد لا يعرفونها عن التطور الحركي المبكر لرضيعهم. أرسلنا هذه النصائح البسيطة إلى العائلات:



أدوات  
المعلمة



## الوالدين الأعزاء،

**هل تعلمون** أن طفلكم تتطور لديه مهارات بدنية جديدة مهمة كل يوم؟ فيما يلي بعض الطرق التي يمكنكم من خلالها دعم هذه المهارات الجديدة المثيرة في أثناء تطورها. وإذا كان طفلكم الدارج يستطيع التحدث، فقد يقول:

- ◀ سَحَب نفسي للوقوف شيء ممتع جدًّا! ضعيني بالقرب من أثاث مستقر، مثل: الأريكة؛ حتى أتمكن من تحسين رؤيتي.
- ◀ قدرتي على الوقوف يعني أنه يمكنني اللعب على طاولة منخفضة أو الخريشة على الورق أو تشكيل عجينة اللعب أو تحريك قطع الآجاسي. يمكنني أيضًا أن أتجول حول الطاولة، وأطور توازني وأتعلم كيفية تبديل قدمي.
- ◀ أحقق التوازن عن طريق يدي، وأقوم بخطواتي الأولى! أتبع قيادتي، وسرعان ما سأعتمد على نفسي ولن أحتاج إلى أي مساعدة. دعوني أخطو خطوات على أسطح مختلفة (مثل: العشب والرمل والخشب والسجاد) حتى أكيف خطوتي مع هذه الأسطح.
- ◀ أنا أمشي! اسمحوا لي أن أحاول التسلق الآمن، والمنزلقات المنخفضة، والأراجيح، والأنفاق، والكرات، والركوب على الألعاب حتى أتمكن من تحسين توازني وتوسيع مهاراتي.
- ◀ أنا أشعر بتحسن في تحريك يدي أيضًا! يمكنني وضع الطلقات على العصي، والتقاط وجبة خفيفة صغيرة، وفتح اللعب المتحركة، وقلب صفحات الكتاب. هذا لأنني تعلمت تحريك إصبعي السبابة والإبهام معًا لالتقاط الأشياء الصغيرة، ويمكنني استخدام كلتا يدي معًا. أستطيع التقاط الألعاب والوجبات الخفيفة التي تجعلني أتحمس في هذه المهام.

(Luckenbill, 2016).

## توظيف المعلمات المهنيات للممارسات الملائمة نمائياً:

### الممارسات الملائمة نمائياً لدعم معيار الصحة والتطور البدني

الممارسات غير الملائمة نمائياً	الممارسات الملائمة نمائياً
<p>◀ دفع الأطفال لتطوير مهارات معينة على الرغم من عدم جاهزية الأطفال للقيام بهذه المهارات.</p> <p>◀ تقوم مقدمات الرعاية بفعل أشياء للأطفال الرضع والتي يمكنهم القيام بها بأنفسهم أو يقمن ببعض المساعدة في فعل هذه الأشياء.</p> <p>◀ لا يوجد سجاد ولا تباين بين المناطق اللينة والصلبة. ومناطق اللعب خالية من التحفيز ومصممة فقط لسهولة التنظيف لكنها تفتقر إلى دعمها بالأنسجة والمستويات المختلفة.</p> <p>◀ بقاء الأطفال في مهودهم أو مقاعدهم لفترات طويلة.</p> <p>◀ يتم تقييد الأطفال في أسرّتهم ومقاعدهم لفترات طويلة من الوقت (بشكل أساسي تهدف هذه الممارسة غير الملائمة إلى راحة مقدمات الرعاية).</p> <p>◀ الأطفال قادرون على التنقل واستكشاف محيطهم لكن مقدمات الرعاية لا يفضلن الأطفال عن الدارجين. أو لا يبقين بالقرب منهم لحماية الأطفال من الأذى.</p> <p>◀ المساحات ضيقة وغير آمنة لتعلم الأطفال تحريك أجسامهم.</p> <p>◀ مقاطعة الأطفال، ووضع الألعاب في أيديهم بشكل مباشر أو نقل الألعاب إلى مكان بعيد عن متناول أيديهم.</p> <p>◀ قيام مقدمات الرعاية بالحد من حركة الأطفال أو الاحتفاظ بهم في أسرّتهم، لتقييد القدرة على الحركة والاستكشاف.</p> <p>◀ توفر مقدمات الرعاية ألعاباً كبيرة الحجم للدرجة التي لا تمكّن الأطفال من الإمساك بها وحملها أو توفير ألعاب صغيرة الحجم جداً قد يستطيع الطفل ابتلاعها.</p> <p>◀ توفر مقدمات الرعاية الألعاب التي تدار فقط بالبطارية والتي تجعل الأطفال منهمكين فقط في المشاهدة. وتفتقر هذه الألعاب إلى التنوع من حيث الملمس والحجم والشكل.</p> <p>◀ تُخزن الألعاب في صندوق وتُخرج بطريقة غير مرتبة أو وضع الألعاب في مجال بعيد عن متناول الأطفال.</p> <p>◀ يتم تقييد حركة الأطفال الرضع بمقاعدهم لتغذيتهم.</p> <p>◀ تقييد الأطفال في أسرّتهم أو مقاعدهم والاقترار على إمدادهم الرضعات / زجاجات الحليب.</p> <p>◀ عدم وضوح وتدوين سياسات وإجراءات ضمان مكان صحي للأطفال.</p> <p>◀ عدم تنظيم المساحة المحيطة بالأطفال لتعزيز اعتبارات الصحة والسلامة أو أن البيئة نظيفة وآمنة ولكنها عقيمة وتخلو من التحديات المناسبة.</p>	<p>◀ احترام مقدمات الرعاية للقدرات الفردية للرضع ويستجبن بشكل إيجابي لتطوير كل طفل لمهارات جديدة.</p> <p>◀ يتم إجراء التسهيلات والتعديلات لدعم الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.</p> <p>◀ توفير مجموعة متنوعة من تجارب اللمس للأطفال (الناعمة والصلبة، ومجموعة متنوعة من المستويات المختلفة).</p> <p>◀ تضع مقدمات الرعاية الأطفال الرضع في أسرّة النوم لغرض النوم فقط وليس لغرض اللعب. وفي أثناء فترات اللعب، تضع مقدمات الرعاية الأطفال على أسطح ثابتة حتى يتمكنوا من التحرك بحرية وأمان.</p> <p>◀ تقوم مقدمات الرعاية بنقل الأطفال غير الدارجين بشكل دوري خلال اليوم لمنحهم رؤية مختلفة ومتنوعة بخصوص ما يمكنهم النظر إليه واستكشافه.</p> <p>◀ الدارجون لديهم مساحة واسعة للتحرك بحرية أو التمرير أو الزحف نحو أشياء مثيرة للاهتمام.</p> <p>◀ تقوم مقدمات الرعاية بتقدير استكشافات الأطفال ولعبيهم، ويراقبن كل طفل ويوفرن بيئة آمنة له.</p> <p>◀ تقدر مقدمات الرعاية أن الأطفال الرضع الصغار يلعبون أولاً بأجسادهم قبل مرحلة استكشافهم أثر العضلات الكبرى على ما يمكنهم فعله بها، ويغيرون أوضاعهم، ويشعرون بالأحاسيس المختلفة، وفي النهاية يكتشفون أيديهم وأقدامهم.</p> <p>◀ تُوفّر مقدمات الرعاية المواد المخصصة للعب بأحجام تلائم الطفل الرضيع الصغير ليتمكن من إمساكها وعضها والتحكم بها بسهولة.</p> <p>◀ بمجرد أن يتمكن الأطفال من الوصول والإمساك بالأشياء، توفر مقدمات الرعاية المواد المخصصة للعب والتي يتم اختيارها بعناية لتكون ملائمة لتصرفات الطفل الرضيع وربما تسمح بأنواع مختلفة من التحكم (التدوير والضغط والإدخال).</p> <p>◀ يتم تخزين مواد اللعب على أرفف مفتوحة وفي مجال نظر الأطفال وفي متناول أيديهم.</p> <p>◀ يتم دائماً حمل الأطفال الرضع الصغار الذين يرضعون من الزجاجات بزاوية.</p> <p>◀ تتبع مقدمات الرعاية إجراءات الصحة والسلامة بما في ذلك غسل اليدين واتباع الاحتياطات العامة.</p> <p>◀ يتم إعداد المساحات وتجهيزها بشكل جيد مع مراعاة اعتبارات الصحة والسلامة.</p>

(Copple et al., 2013, 56-59).

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (1) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من الميلاد حتى ٣ سنوات).

## الممارسة الثالثة

### تطبيق المعلومات المهنية لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي.

تستغل المعلمات المهنية معرفتهن بمحتوى مادة النشاط لبناء منهج ذي معنى وتوفير فرص تعلم هادفة للأطفال (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد - ٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٣٩).

#### هل تعلمين؟

"يُعتقد قديمًا أن التطور العضلي يأتي مع مرحلة النضج تلقائيًا وأن أداء إحدى المهارات الحركية يؤدي بشكل طبيعي إلى أداء المهارات الحركية الأخرى مع نمو الطفل. لكن في الواقع، يعتبر التطور العضلي عملية تعلم مستمرة. ينمو جسم الطفل ويتغير باستمرار، وتوفر بيئته فرصًا مختلفة لتمكينه من الحركة. وتتضمن كل حركة جديدة قيام الطفل بإجراء تعديلات في التوازن مع استقامة الجسد". يصف جيبسون (2000) عملية التطور الحركي بأنها إيجاد الطفل لأفضل الحلول الممكنة للمشكلات التي يتعرض لها والفرص التي تقدمها له بيئته المحيطة".

(Petersen et al., 2016).

#### هل تعلمين؟

"أن لعب الأطفال في عمر سنة واحدة في مرحلة نمو بياجيه (عالم نفس درس نمو الطفل) يسمى اللعب الحسي الحركي عندما يستكشف الأطفال اللعب والأشياء الأخرى بنشاط - أولاً بأعينهم، ثم بأيديهم وأفواههم.

ولمعرفة المزيد عن المهارات الحسية للأطفال، شاهدني الطريقة التي يلعبون بها ويستكشفون بها الأشياء، ولزيادة وصل معرفتك يمكنك تقديم هذه المواد البسيطة التالية:

- ◀ املئي سلة بأشياء جذابة الملمس والرائحة والصوت. قومي بتضمين وسادة قماش صغيرة مع أعواد قرفة مخيطة بالداخل، وملعق خشبية، وسوار مطاطي مع أجراس مخيطة بإحكام.
- ◀ أحضري أوعية من البلاستيك أو الفولاذ المقاوم للصدأ أو ورقًا بلاستيكيًا ومواد متنوعة لقيام الأطفال بالتفريغ والتعبئة.
- ◀ اجمعي الأوعية ذات الأغشية التي تتحكم في فتح وغلق الأوعية، مثل: الجراررات البلاستيكية ذات الأحجام المختلفة والصناديق ذات الأغشية التي يمكن خلعها من الصناديق وإعادة تركيبها".

(Gillespie, 2009).

إن المعلمات المهنيات يعملن على تعميق مهارات التخطيط والتنفيذ من خلال النظر في فرص دعم الصحة والتطور البدني طوال اليوم ([الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة](#)، ٢٠١٨، ٦٨-٧١).

## موقف افتراضي

المعلمتان جنان وسمر، معلمتا الأطفال الرضع الصغار والرضع الدارجين تعملان معًا للتخطيط لعمل أنشطة تركز على معيار الصحة والنمو البدني. لقد قررتا التركيز على تقديم الخبرات التي تساعد على بناء المهارات المبكرة في تطور العضلات الكبرى والصغرى وتطوير العادات الصحية عن قصد. إنهما تعرفان أن البدء مبكرًا في دعم التنمية في هذا المجال سيساعد الأطفال على النجاح في اكتساب مهارات جديدة وتطويرها في المستقبل.

لذا قررتا أن تتبعا الخطوات الآتية لتخطيط وتقديم خبرات تعليمية تُسهم في تطوير المهارات الحركية والعادات الصحية. عند الأطفال:

**الخطوة الأولى:** ستبدأ المعلمة عملية التخطيط الخاصة بها من خلال إجراء ملاحظات على الأطفال في المجموعة لمعرفة ما يمكنهم فعله طاليًا والفرص الكامنة للتطور في مهارات أخرى. ستقوم المعلمة بتوثيق ملاحظاتها الفردية لمساعدتها على التعرف على أنماط الاهتمامات والقدرات بين المجموعة. ([تستخدم أدوات الملاحظة في دليل المعلمة الخاص بمعايير التعلم المبكر النمائية للفئة العمرية من الميلاد وحتى ثلاث سنوات](#)، ص ٥٥-٥٦).

**الخطوة الثانية:** بعد ذلك، بناءً على ملاحظاتها، ستفكر المعلمة في كيفية استخدام بيئتها التعليمية لتقديم مواد يمكنها دعم الإدراك والمعرفة العامة الخاصة بالطفل.

## البيئة التعليمية

منطقة الوصول: <



- الكتب الخاصة بكل عائلة والتي تمثل توثيق ومتابعة المهام الروتينية المنزلية وتفضيلات الطعام وموضوعات صحية أخرى.



- صور الأطفال وأسرهم.

◀ منطقة النوم/ القيلولة:



- تضع سلة تحتوي على كتب وألعاب لينة للأطفال لكي يلعبوا بها في أثناء استيقاظهم من القيلولة.
- تخصيص منطقة القيلولة في مكان بعيد عن الإزعاج داخل الصف؛ لمساعدة الأطفال على النوم.

◀ منطقة تغيير الحفاضات:



- أشياء يمكن للأطفال حملها ورجها في أثناء تغيير الحفاضات.

◀ منطقة اللعب:



- مرايا مقاومة للكسر في مجال النظر.
- سلاالم، منزلقات، مكعبات كبيرة.
- أشياء آمنة لالتقاطها بالفم، والتعامل، والضرب، والهز، والرمي.
- سلال الاستكشاف مع مجموعة متنوعة من الأشياء لاستكشافها ومعالجتها.
- أرفف منخفضة مع أشياء وألعاب يسهل الوصول إليها.
- كتب لمسكها وتقليب صفحاتها.

◀ منطقة اللعب بالخارج :



- سلاالم، منزلقات، منحدرات.
- المواد الملموسة والأوعية للتفريغ والتعبئة.

**الخطوة الثالثة:** بعد ذلك، ستفكر المعلمة في جدولها اليومي وروتينها وكيفية خلق الفرص الخاصة بالصحة والتطور البدني على مدار اليوم.

## الروتين اليومي

الأنشطة/الخرات	الروتين اليومي
<ul style="list-style-type: none"> <li>تبادل المعلومات مع والدي الطفل حول روتين أطفالهم، ومهاراتهم الجديدة، وما إلى ذلك.</li> </ul>	الوصول والمغادرة
<ul style="list-style-type: none"> <li>توفير مساحة كبيرة للأطفال للتحرك بأمان.</li> <li>توفير الرفوف المنخفضة بالأشياء والمواد التي يمكن للأطفال الوصول إليها بمفردهم.</li> <li>توفير مواد للحمل والقذف والتلاعب والإلقاء والسحق.</li> <li>تقديم العجينة والأدوات لتمكين الأطفال الرضع الدارجين من اللعب (قوة اليد والأصابع).</li> <li>تقديم أقلام تلوين كبيرة، والإمساك بحامل لوحة الرسم، والتآزر بين اليد والعين).</li> </ul>	وقت الأرضية واللعب
<ul style="list-style-type: none"> <li>توفير مواد للرضع لحملها في أثناء تغيير الحفاضات.</li> <li>حركي الرضيع وذراعيه برفق مع تسمية أجزاء الجسم.</li> </ul>	تغيير الحفاضات
<ul style="list-style-type: none"> <li>تقديم الأطعمة التي تؤكل على شكل أصابع حسب الحاجة.</li> </ul>	التغذية
<ul style="list-style-type: none"> <li>التحكم بمستوى الإضاءة والوضوء للسماح للأطفال بالنوم وفق أوقات نومهم الخاصة بهم.</li> </ul>	القبولة
<ul style="list-style-type: none"> <li>توفر الكثير من المواد الملموسة.</li> <li>البقاء بالقرب من الأطفال الرضع الدارجين لضمان سلامتهم وبناء الثقة معهم.</li> </ul>	طوال اليوم

**الخطوة الرابعة:** ستراجع المعلمة **معايير التعلم المبكر النمائية** والتفكير في الأساليب التي يمكنها استخدامها للتطبيق في الممارسة اليومية. قررت المعلمة تنفيذ الخطوات الآتية للتخطيط وإتاحة الفرص لتطوير معيار الصحة والنمو البدني.

### تطبيق معايير التعلم المبكر النمائية الخاصة بالصحة والتطور البدني

#### ١,٠ التطور الحركي للعضلات الكبرى:

دور المعلمة	المؤشر
<ul style="list-style-type: none"> <li>وضع أشياء مثيرة للاهتمام على أرفف منخفضة للدرجة التي تمكن الأطفال من التحرك والإمساك بها.</li> <li>توفير المعدات (مثل: السلالم) والمنزلاقات.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>يحرك جسمه بغرض تحقيق هدف ما.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>مراقبة وتتبع تقدم الأطفال لتوجيه التخطيط المستمر وتنمية المهارات الجديدة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>يتحرك بمزيد من التنسيق والتحكم والتوازن.</li> </ul>

المؤشر	دور المعلمة
◀ يتحرك من مكان إلى آخر بصورة مستقلة.	◀ توفير الكثير من المساحات المفتوحة والأسطح المبطنة للأطفال الدارجين للزحف والانطلاق والدرجة وما إلى ذلك.

### ٢,٠ التطور الحركي للعضلات الصغرى:

المؤشر	دور المعلمة
يطور القدرة على التحكم في العضلات الصغرى والتنسيق بينها.	◀ عرض سلال المواد المصممة لمستويات مختلفة تخدم غرض تنمية العضلات الصغرى للأطفال بشكل فردي لتمكينهم من الاستكشاف والتحكم. ◀ توفير الصلصال والأدوات سهلة الإمساك.
يستخدم كلتا يديه لإنجاز مهمة ما.	◀ ملاحظة استخدام الأطفال لكلتا اليدين ودعم تطور مهارة استخدام اليدين معًا.
ينقل شيئًا ما من يد إلى أخرى من خلال الوصول إليه والإمساك به ثم تركه وإرساله.	◀ اللعب مع الأطفال الألعاب التي تشجعهم على نقل الأشياء بأيديهم تقديم خشخيشات أو كرات أو أدوات يسهل نقلها. ◀ محاكاة نقل الأشياء من يد إلى أخرى للأطفال.

### ٣,٠ الصحة والسلامة العامة:

المؤشر	دور المعلمة
◀ يظهر وعيًا لأعمال العناية الشخصية المعتادة، ويشارك أو يقاوم المشاركة في خطوات أداء هذه الأعمال.	◀ استخدام إجراءات متسقة للقيام بإجراءات العناية الشخصية، لتمكين الأطفال من تعلم هذه الإجراءات. ◀ توفير فرص للأطفال للمشاركة في إجراءات العناية الصحية (مثل: حمل الحفاضات في أثناء تغييرها).
◀ يبدأ بتطوير مهارات شخصية لمساعدة نفسه (كغسل اليدين، وارتداء الملابس).	◀ توفير معدات تلائم حجم الأطفال توفير المواد التي يسهل الوصول إليها مثل: المناشف والصابون.
◀ يتبع تعليمات الكبار فيما يتعلق بالسلوكيات الآمنة وغير الآمنة.	◀ مساعدة الأطفال الأكبر سنًا في اكتساب مهارة المساعدة الذاتية، مثل: غسل اليدين



## ٤,٠ الصحة الفموية

المؤشر	دور المعلمة
◀ يذهب الطفل إلى طبيب الأسنان برفقة مقدمة الرعاية بعد بروز السن الأول، أو عند بلوغ الطفل عامه الأول.	◀ تتحدث المعلمة مع أولياء الأمور للتأكد من أنهم على دراية بممارسات رعاية صحة الفم الجيدة للأطفال الرضع.
◀ يذهب إلى طبيب الأسنان برفقة مقدمة الرعاية كل ستة أشهر من أجل وقاية الأسنان وتنظيفها.	◀ تتحدث المعلمة مع أولياء الأمور لتشجيعهم على ممارسات رعاية صحة الفم الجيدة للأطفال الرضع.

## ٥,٠ الصحة الغذائية

المؤشر	دور المعلمة
◀ يذهب إلى طبيب الأسنان برفقة مقدمة الرعاية كل ستة أشهر من أجل وقاية الأسنان وتنظيفها.	◀ تتحدث المعلمة مع أولياء الأمور للتأكد من أنهم على دراية بممارسات رعاية صحة الفم الجيدة للأطفال الرضع.
◀ يستكشف الطعام بأصابعه.	◀ تقديم الكثير من الأطعمة الصحية للأطفال؛ ليستكشفوها. ◀ التواصل مع العائلات حول تفضيلات الأطفال الغذائية وعادات الأكل.
◀ يجرب أطعمة جديدة عندما تقدم له.	◀ العمل مع أولياء الأمور لتوفير مجموعة متنوعة من الأطعمة الجديدة للأطفال والتي يسهل تناولها.

## إرشادات للمعلمة

- ◀ القيام بالإشراف الدقيق عندما يتعلم الأطفال الرضع التحرك واستكشاف البيئة المحيطة.
- ◀ حماية الأماكن التي يستكشفها الأطفال؛ وإجراء فحوصات السلامة اليومية.
- ◀ توفير الفرص للأطفال الدارجين تحت إشراف المعلمة للقيام بتجارب اللمس باستخدام الرمل أو الماء والمواد الملموسة الأخرى.

**الخطوة الخامسة:** أخيرًا، استمري في مراقبة وتوثيق ردود أفعال الأطفال على المواد المقدمة ورسد طرق التفاعل معها، والتفكير في تجاربهم، والنظر في طرق دعم اهتمامات الأطفال وتقديمهم أو البناء عليها في المستقبل.

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٤) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من الميلاد حتى ٣ سنوات).



إرشادات  
المعلمة

## أن تحرص المعلمة على التطور المهني والتعلم المستمر

(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠).

## إرشادات للمعلمة

إرشادات  
المعلمة

يمكنك استخدام النصائح التالية كمصدر داعم لضمان أن البيئة الخاصة بك والتفاعلات اليومية مع الرضع المتنقلين تحافظ على سلامتهم وصحتهم.

## نصائح للحفاظ على سلامة الأطفال: دليل تنموي - أطفال دارجون

"يتمتع الدارجون بقدر أكبر من التحكم في الرأس والذراعين والساقين. يبدأون أيضًا في تنسيق تلك الحركات مع بعضها. في هذا العمر، ينامون أقل ويكونون أكثر نشاطًا خلال فترة النهار، ويتوقون إلى الانخراط في التفاعل مع كل شيء من حولهم. عندما يتعلمون الوقوف والزحف والمشي، يصبحون قادرين على التحرك بشكل أكثر استقلالية واستكشاف بيئتهم. يبدأ الأطفال الدارجون في تطوير قدرتهم على الوصول إلى الأشياء - فجأة يمسكون الأشياء أو يمضغونها أو يحاولون التسلق على أشياء كانت بعيدة عن متناولهم. يمكن التحدث مع العائلات حول التفتيش المنتظم للأماكن الداخلية أو الخارجية والمواد والمعدات التي قد تكون غير آمنة.

إن الأطفال الدارجين فضوليون ويتعلمون بالممارسة. إنهم يستخدمون البصر والصوت والذوق واللمس والشم للتعرف على الأشياء الموجودة في بيئتهم المحيطة. وتتطور أدمغة الأطفال الرضع الدارجين بسرعة عندما يبدأون في فهم من وماذا في عالمهم. حيث يبدأون في التعرف على الروتين، ويتعلمون أن الناس قد يغادرون ويعودون لاحقًا. وعندما يدركون ويكتسبون معرفة وجود الأشياء حتى مع اختفائها من مجال نظرهم في وقت ما، فإنهم يشاركون في اللعب لممارسة هذه المعرفة الجديدة. بالنسبة للدارجين، تصبح الحاويات وصناديق الألعاب والأشياء الأخرى التي تفتح وتغلق أكثر إثارة لاهتمامهم. إنهم يراقبون المكان الذي يضع فيه أفراد الأسرة الأشياء وقد يحاولون سحب الأثاث أو التجول عبر الأثاث للحصول على بعض الأشياء، وهذه الخصائص تخلق حاجة أكبر للإشراف من جهة المعلمة.

الأطفال الدارجون قادرون على ابتلاع الطعام شبه الصلب ويبدأون في النهاية في إطعام أنفسهم طعامًا صلبًا. تختار العائلات الأطعمة المناسبة لأعمار الأطفال الدارجين والتي لا تشكل خطر الاختناق بالنسبة للأطفال الرضع الدارجين. عند إعداد الطعام، يحرص أفراد الأسرة على منع تواجد الطعام الذي قد يسبب الصروق.

غالبًا ما يتكلم الدارجون أكثر. ويبدأون في الاستجابة للطلبات البسيطة والتوجيهات من خطوة واحدة مثل: "حان وقت الجلوس" أو "احصل على لعبتك"، وهذا يمهد الطريق لتعلم العادات الصحية والروتين وقواعد السلامة مع نمو الأطفال. يتوق الأطفال الدارجون إلى ممارسة مهاراتهم الجديدة والتعلم من الأشخاص والأماكن

والأشياء الموجودة في بيئاتهم. ووفقًا للحالة المزاجية للأطفال، قد يتوصى بعضهم الحذر بينما يكون البعض الآخر أكثر عرضة للمخاطرة. لدعم نمو الأطفال وتحفيز فضولهم الطبيعي، يمكن للعائلات إنشاء بيئات آمنة للأطفال المتنفلين لاستكشاف عالمهم المحيط بهم بأمان".

(.Head Start/ECLKC n.d)

### لحظة تأمل

بينما يتحرك الأطفال الدارجون ويستكشفون، يكون للكبار أدوار جديدة في دعمهم واتخاذ أنواع جديدة من القرارات الملائمة.

- ◀ متى تتدخلين للحفاظ على سلامة الأطفال؟ ومتى تسمحين لهم بحرية الاستكشاف؟
- ◀ يستخدم الأطفال أفواههم للقيام بالاستكشاف. بالطبع نحن نريد أن يستكشفوا الطبيعة، ولكن أكل الأوساخ والحشرات ليس آمنًا. ومن هذا المنطلق، ما الذي ستقومين بفعله لتقديم تجارب آمنة وحقيقية للقيام بالحركة والاستكشاف؟
- ◀ ما الاعتبارات الأخرى التي تضعينها للحفاظ على سلامة الأطفال الدارجين تزامنًا مع تمكينهم من حرية الاستكشاف؟

## فئة الأطفال الرضع الفطم (١٥-٣٦) شهرًا

”زيادة تحكم الأطفال الصغار في قبضتهم، وتوازنهم الأقوى، وزيادة التأزر بين اليد والعينين، فإنهم يجربون أشياء جديدة بمهارة كل يوم“

(Luckenbill et al., 2019,73).



**السؤال: ما الذي تفعله المعلمات المهنيات لتوظيف معيار الصحة والتطور البدني ضمن المنهج الدراسي الخاص بفئة الأطفال الفطم (من عمر ١٥ - ٣٦ شهرًا)؟**

**الجواب: على المعلمات اتباع الممارسات التربوية الآتية:**

### الممارسة الأولى

**وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلمه.**

إن المعلمات المهنيات يفهمن طبيعة الأطفال الفطم والأشياء التي يتعلمونها.

**السؤال: ما المهام الرئيسية التي يعمل عليها الأطفال الفطم في نطاق معيار الصحة والنمو البدني؟**

**الجواب: الأطفال الفطم (من عمر ١٦ - ٣٦ شهرًا)، يركزون على:**

◀ تنمية المهارات الجسدية ومنها:

- تنمية وتقوية العضلات الكبيرة. وتتضمن تحسين التنسيق بين حركة العضلات من خلال: التسلق والجري والزحف والقفز وحمل أو دفع الأشياء ورمي الكرات وركلها.
- تنمية وتقوية العضلات الصغرى، من خلال أنشطة مثل: تشكيل الصلصال وتمزيق الورق والرسم والخرششة وتقليب صفحات الكتاب والتعامل مع قطع الآحاجي الكبيرة.

◀ دعم الصحة والعافية ومنها:

- المشاركة في الإجراءات الصحية الروتينية مع الحاجة إلى المساعدة (مثل: غسل اليدين واستخدام المناديل الورقية،... إلخ).
- الانخراط في اللعب النشط.

## هل تعلمين؟

- سيصبح الأطفال الفطم أكثر مرونة لاكتساب مهارات المشي والجري والتسلق. إنهم يمسكون بالأدوات بطرق أكثر فاعلية ويستخدمونها لتحقيق أهداف مثل: الخريشة بالقلم أو سكب الرمل من الكوب. وفي خضم قيامهم بأدوارهم في المسرحية الدرامية سيصبحون أكثر مهارة في ارتداء الأحذية والقبعات.
- مع زيادة التحكم في الإمساك بالأشياء، والتوازن القوي (على سبيل المثال: القدرة على الوقوف والمشي من منطقة في غرفة الصف إلى المنطقة الأخرى دون مساعدة)، وزيادة التأزر بين اليد والعين، سيحاول الأطفال الفطم الذين تتراوح أعمارهم بين 24 و30 شهرًا تعلّم أشياء جديدة واكتساب مهارات أكثر مثل: تشييد الأبراج ذات المكعبات الكبيرة ورمي الكرات. ويمكنهم الرسم بكلتا اليدين على جميع أنواع الأسطح. ويمكنهم فك أغصية العلب في منطقة اللعب الدرامية وارتداء البنطال التقليدي. ويمكنهم الركض والقفز والتسلق والمجازفة، ويريدونك أن ترى كل ما يقومون بفعله!
- يتمتع الأطفال الأكبر سنًا بمهارات أكثر مما كانت عليه قبل بضعة أشهر فقط مما يجعل (الاستقلالية) المساعدة الذاتية ومهارات التنظيف أسهل. وأيضاً في منطقة الفن ستراهم يقصون الورق ويلصقونه ويصنعون رسومات تبدو وكأنها أشياء حقيقية".

(Luckenbill et al., 2019, 72-74).

## السؤال: ما الذي يمكنني فعله لدعم معيار الصحة والنمو البدني؟

**الجواب:** يمكنك فعل الآتي:

لدعم النمو البدني:

- توفير بيئات يمكن للأطفال الفطم من خلالها ممارسة النشاط البدني بأمان.
- توفير مساحة مفتوحة يمكن للأطفال الفطم المشي والجري فيها.
- توفير المعدات المناسبة المصممة للعب البدني.
- توفير مواد وأشياء مثيرة للاهتمام تشجع الأطفال الفطم على المشاركة في العديد من مناطق غرفة الصف.
- توفير المواد والخبرات التي تشجع على التحكم بالأشياء عن طريق اليدين والأصابع.

لدعم الصحة والسلامة:

- تشجيع وخلق نموذج للتغذية السليمة وممارسة الرياضة.

- ◀ اتباع إرشادات الصحة والسلامة.
- ◀ مساعدة الأطفال الفطم في تعلم العادات الصحية ومهارات المساعدة الذاتية (غسل اليدين، ارتداء الملابس).

تعزز المعلمات المهنيات نمو الأطفال نمائياً: [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\).](#)

### السؤال: ما الذي يمكنني فعله لإيجاد بيئة تعليمية تدعم معيار الصحة والنمو البدني؟

**الجواب:** فيما يلي بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لإنشاء بيئة تدعم معيار الصحة والنمو البدني لدعم تطوير العضلات الكبرى والصغرى، لذا وفري الأدوات الآتية:

- ◀ الرمل والماء للاستكشاف واللعب لتفريغهما وملئهما.
- ◀ اللوازم الفنية مثل: أقلام التلوين وأقلام التحديد وأنواع مختلفة من الورق؛ اللعب بالصلصال والأدوات، دهانات وفرش كبير.
- ◀ معدات للتسلق، والشرائح، والمراجيح، والكرات الكبيرة، والمكعبات الخفيفة الوزن، وعربات الركوب، والألعاب ذات العجلات للدفع والسحب.
- ◀ المواد التي يمكن التحكم فيها للتأكد من التأزر بين العين واليد، وصقل مهارات العضلات الصغرى، مثل: ألعاب الفك والتركيب والبرم والتدوير المشابك، وألعاب التراص، والخرز الكبير للضم، والكتب.

### الممارسة الثانية

**توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل، والبناء على هذه المعارف من أجل خلق فرص تعلّمية لكل طفل في المجموعة.**

تلاحظ المعلمات المهنيات وتوثق تعلم وسلوكيات الأطفال [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٣٩\).](#)

### تبدأ عملية تخطيط المنهج الدراسي بالملاحظة والتوثيق والتأمل.

"يبدأ تخطيط مناهج الأطفال الرضع/ الفطم بقيام المعلمات بالاستكشاف، من خلال الاستماع والمراقبة الدقيقة، لنمو كل طفل. وفي هذا الصدد يجب التنويه على أن الملاحظة هي مهارة أساسية في عملية التعليم. فعندما تتعهد المعلمات بملاحظة الأطفال بعناية، فستقوم المعلمات باستكشاف كيف يقوم الأطفال بشكل فردي بالاستكشاف وإيجاد معنى مرتبط بكل لحظات اللعب والتفاعل اليومية التي يعيشها الأطفال."

(California Department of Education, 2012, 26).



## إرشادات للمعلمة

التوثيق جزء مهم من عملية المراقبة. فالوثائق المستندة على الملاحظة تساعد المعلمات على التخطيط لأفضل الممارسات في مراحل تعلم الطفل. إن التوثيق يحدد أهداف تخطيط المناهج الدراسية، حيث تستطيع المعلمات التنبؤ بما يمكن للطفل فعله، وفيما يلي بعض الطرق التي يمكنك من خلالها توثيق عملية التعلم:

- ◀ استخدام السجلات المكتوبة لما تقومين برؤيته وسماعه (تحمل بعض المعلمات بطاقات الملاحظات أو الملاحظات اللاصقة معهن لتسجيل الملاحظات في أثناء حدوثها).
- ◀ دعم السجلات المكتوبة بالصور الثابتة وتسجيلات الفيديو لالتقاط حدث أو سلسلة من الأحداث اليومية.

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٣) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني للفطم في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من المياد حتى ٣ سنوات).

## إرشادات للمعلمة



**راقبي نفسك!** احتفظي بقائمة على مدار اليوم لمعرفة عدد المرات التي توفرين فيها الفرص للأطفال الفطم لتنمية المهارات الحركية.

---



---



---



---



---



---

**راقبي بيئتك:** ضعي قائمة بالمواد والأنشطة المختلفة المتاحة وأسألني نفسك عما إذا كان لديك ما يكفي من أنواع الأنشطة المختلفة في البيئة لدعم مجموعة واسعة من التطوير الحركي للأطفال الفطم.

---



---



---



---



---



---



## أدوات للمعلمة

### مصادر للشراكة الأسرية

تتناول هذه المقالة القصيرة موضوع دعم الأطفال الصغار بعنوان: "[اللعب في الطبيعة في حالة الأطفال الذين لديهم حساسية تجاه لمس الأشياء الطبيعية](#)". لتقدم قائمة بالطرق التي يستطيع كل من الوالدين والمعلمة دعم الأطفال الذين لديهم حساسية تجاه لمس الأشياء الطبيعية. قد ترغب في مشاركة هذه المعلومات مع الأطفال الذين لديهم حساسية تجاه لمس الأشياء الطبيعية.

#### الوالدين الأعزاء،

نحن نعلم أن تواجد الأطفال في الخارج وتجربتهم في الطبيعة المحيطة بهم أمر مهم لهم، ولكن ماذا لو كان طفلك الصغير حساسًا تجاه لمس الأشياء الطبيعية؟ فيما يلي بعض الاقتراحات التي يجب مراعاتها في هذا الصدد:

- ◀ قراءة الكتب عن الطبيعة معًا.
- ◀ مشاركة ما يتم ملاحظته في الطبيعة من خلال النافذة أو الباب.
- ◀ إنشاء سلة يتم فيها تجميع الأشياء الطبيعية بالشكل الذي يتسنى لطفلك الصغير استكشافها إذا رغب في ذلك.
- ◀ إحضار هدايا صغيرة من الطبيعة لطفلك الصغير، مثل: ورق الشجر الملون.
- ◀ الذهاب للخارج والتخطيط لقضاء الكثير أو القليل من الوقت الذي يحتاجه طفلك ليشعر بالراحة.
- ◀ الإمساك بنملة أو دودة صغيرة والاحتفاظ بها في علب شفاف طوال اليوم حتى يتمكن طفلك من مراقبة كائن حي في أثناء التنقل. مع مراعاة التأكد من تحرير النملة أو الدودة بعد انتهاء طفلك من ملاحظتهما.
- ◀ الحذر من الشعور بالنفور والضجر. إن السلوك واللغة الإيجابية في أثناء قضاء الوقت مع طفلك سوف يخلق جوًا عاطفيًا مع طفلك بالشكل الذي يساهم في قطع شوطٍ طويلٍ في دعم مساعي طفلك خلال اللعب في الطبيعة المحيطة به.

توظيف المعلمات المهنيات للممارسات الملائمة نمائيًا: [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\)](#)



## الممارسات الملائمة نمائياً لدعم الصحة والتطور البدني

ممارسات تربوية غير ملائمة نمائياً	ممارسات تربوية ملائمة نمائياً
<ul style="list-style-type: none"><li>◀ يُمنع الأطفال من التمتع الطبيعي باللعب بالأشياء الملموسة واستكشاف بيئتهم لأنها "تسبب الفوضى" أو "جالية للقذارة".</li><li>◀ لا تسمح مقدمة الرعاية للأطفال باللعب الاستكشافي، وتقمعه لو حدث بشكل طبيعي. ولا توفر للأطفال الفطم الأكبر سنّاً الطلاب أو الرمل أو الصلصال؛ لأن هذه المواد تسبب الفوضى وتتطلب الإشراف.</li><li>◀ تساعد المعلمات الأطفال الفطم على إنتاج منتج أو نسخ النموذج المصنوع للكبار، أو اتباع التوجيهات أو الخطوط العريضة الملونة لرسوماتهم.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◀ الأطفال الفطم محاطون بأشياء ملموسة لخدمة أنشطتهم في اللعب (سلال معلقة، رمل، صلصال).</li><li>◀ تفهم مقدمة الرعاية أن الأطفال الصغار يتعرفون على العالم من خلال الاستكشاف ويمنحهم فرصاً يومية للنشاط الاستكشافي وفقاً لمستوى نموهم.</li><li>◀ تقوم مقدمة الرعاية بإجراء التسهيلات والتعديلات لدعم الأطفال الفطم ذوي الاحتياجات الخاصة.</li><li>◀ تسمح مقدمة الرعاية للأطفال الفطم باستكشاف المواد الفنية ومعالجتها ولا تتوقع منهم إنتاج منتج نهائي.</li></ul>

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٤) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من الميلاد حتى ٣ سنوات).

### الممارسة الثالثة

#### تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي

تستغل المعلمات المهنيات معرفتهن بمحتوى مادة الدرس لبناء منهج ذي معنى وتوفير فرص تعلم هادفة للأطفال [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٣٩\)](#).

#### هل تعلمين؟

"قوالب العجين هي قوالب سهلة التشكيل والتنظيف. وهي قوالب يتم تكوينها من مكونات موجودة في معظم المطابخ. عندما يساعدك الأطفال في صفك في عمل قوالب جديدة من العجين، فهذه طريقة رائعة لتقديم بعض مفاهيم الرياضيات في أثناء قياس المكونات وممارسة المهارات الحركية الدقيقة في أثناء عجن العجين." (Bundy et al., 2018).

ويمكنك إضافة أدوات من جميع أنحاء غرفة الصف لدعم تعلم الأطفال من خلال اللعب بالعجين. وقد تشدّد هذه المادة البسيطة خيال الأطفال الصغار وتقوي العضلات الصغرى الموجودة في أصابعهم، وهي نفس العضلات التي يستخدمها الأطفال لإمسك القلم الرصاص والرسم أو الكتابة.



## أدوات المعلمة

### خطط للعب بالعجين

فيما يلي بعض الأنشطة التي يمكنك التخطيط لها باستخدام العجين

- ◀ اصنعي مطبوعات في عجينة اللعب، باستخدام اليدين أو المرفقين أو القدمين أو الأوراق أو الدانتيل أو الزهور أو أي شيء آخر لديك.
- ◀ لِيّ العجينة على شكل ثعابين وكرات وقواقع وأشكال أخرى ممتعة.
- ◀ صممي تصميمات متنوعة بدمج عناصر مختلفة في عجينة اللعب، مثل: الأمشاط ومنظفات الأنابيب والقش والأزرار والصدف والحصى.
- ◀ اطبعي الأسماء في العجين عن طريق استخدام الحروف الأبجدية البلاستيكية أو باستخدام قواطع المعجنات الصغيرة.
- ◀ اصنعي قنفذًا من عجينة اللعب أو غيره من المخلوقات ذات الأشواك باستخدام أعصان رفيعة قصيرة أو أعواد أسنان أو عصا المصاصات مع تقسيمها إلى نصفين أو ثلاثة أقسام.
- ◀ أعدّي كعكة احتفالٍ وزينها ببعض المجسمات المصنوعة من عجينة السكر.
- ◀ قومي بتشكيل العجين على شكل حروف وأرقام.
- ◀ قومي بتقطيع العجينة إلى قطع باستخدام مقص الأطفال. هذه طريقة رائعة للأطفال الصغار لممارسة استخدام المقص.

وإليك بعض الإضافات التي يمكنك التخطيط لتضمينها:

اجمعي بين الدمى البسيطة والأدوات المنزلية وعجينة اللعب لمزيد من المرح!

- مطرقة خشبية.
- عصارة ثوم.
- سكاكين بلاستيك.
- صواني صغيرة.
- أغطية بلاستيكية
- أدوات تزيين وطباعة.
- أكواب بلاستيكية.
- مجسمات أشخاص وحيوانات بلاستيكية.
- قواطع العجين.
- أزهار وخرز ذات الحجم الكبير.
- عصي المصاصة.
- المسامير الخشبية.
- منظفات الأنابيب.
- الأطباق والأواني والمقالي من أطقم مطبخ الأطفال.
- مقصات الأطفال.

(Bundy et al., 2018).

تعمل المعلمات المهنيات على تعميق مهارات تخطيط وتنفيذ المناهج الدراسية من خلال الاستفادة من الإمكانيات لدعم الصحة والتطور البدني. (الدليل الأساسي: [بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة](#)، ٢٠١٨، ٦٨-٧١).

## موقف افتراضي

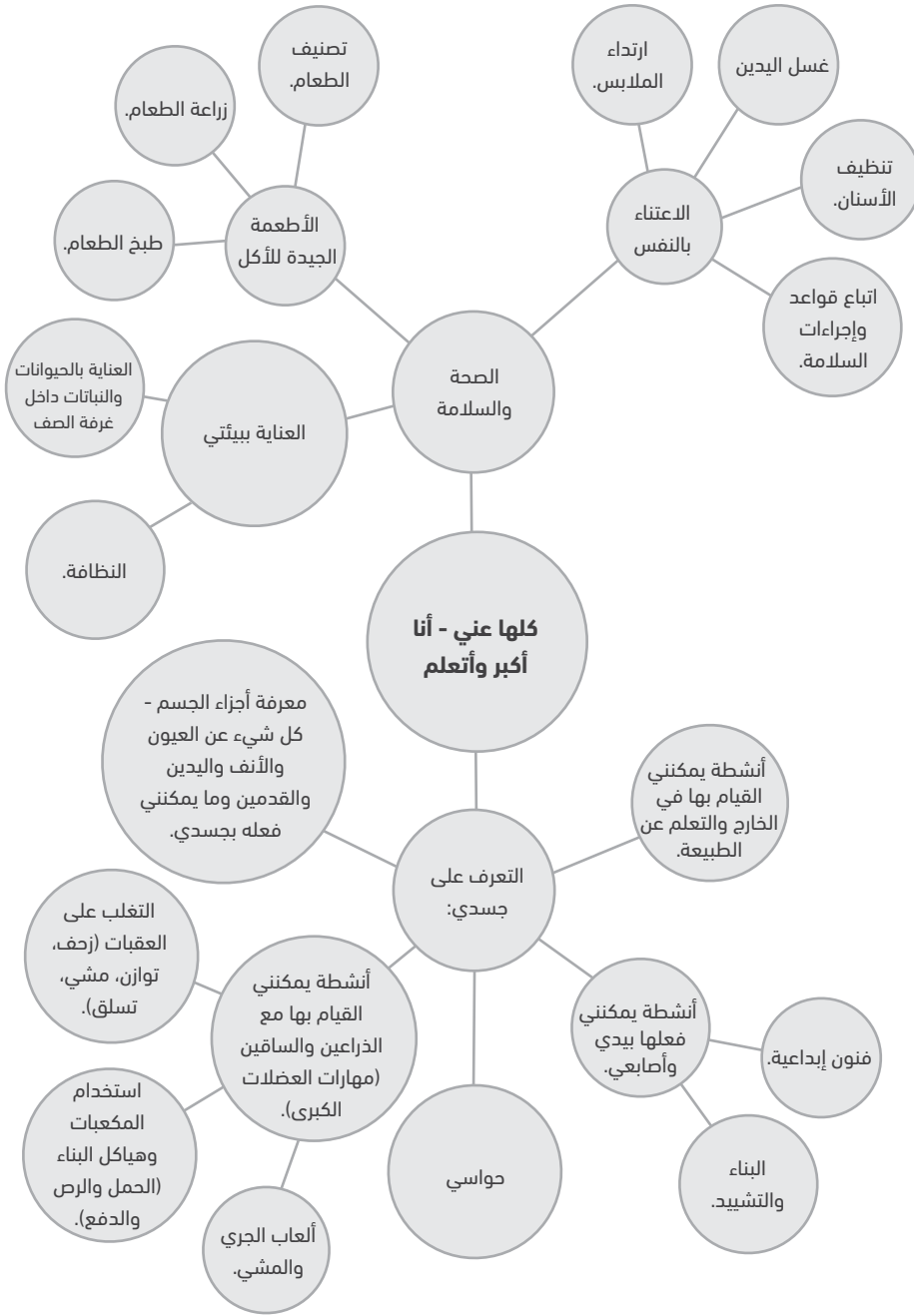
الآنسة نورة، معلمة الأطفال الفطم تُخطط للاستفادة من موضوع "كل شيء عني" - العائلات" الذي تم تقديمه في بداية العام من خلال التركيز على الأطفال الفطم الذين يطورون بسرعة المهارات البدنية والقدرة على المشاركة في أنشطة المساعدة الذاتية. إن المعلمة تعلم أن تطوير المهارات العضلية الكبرى والصغرى يمكن أن يساعد الأطفال على التطور في مجالات أخرى مثل: اللغة والتطور الاجتماعي العاطفي والمعرفي. لذا سيكون موضوع الاستقصاء هو "كل شيء عني - أنا أنمو وأتعلم".

**الخطوة الأولى:** تبدأ عملية التخطيط: بالتفكير في المفاهيم والمهارات التي يمكن تناولها في الأنشطة خلال وحدة "كلها عني - أنا أكبر وأتعلم"، القيام بتطوير خريطة موضوعية.



موقف  
افتراضي

## موضوع الاستقصاء: "كلها عني - أنا أكبر وأتعلم".



ستبدأ المعلمة عملية التخطيط الخاصة بها من خلال إجراء ملاحظات على الأطفال في المجموعة لمعرفة ما يمكنهم فعله حالياً، والفرص الكامنة للتطور في مهارات أخرى. ستقوم المعلمة بتوثيق ملاحظاتها الفردية؛ لمساعدتها على التعرف على أنماط الاهتمامات والقدرات بين المجموعة. (تستخدم أدوات الملاحظة في دليل المعلمة الخاص [بمعايير التعلم المبكر النمائية](#) من الميلاد وحتى ٣ سنوات، ص ٥٧-٥٨).

**الخطوة الثانية:** تفكر المعلمة في بيئة غرفة الصف وكيفية دعم معيار الصحة والنمو البدني في جميع مجالات الاهتمام (وضع خريطة للأنشطة في غرفة الصف مع بيان أمثلة لكل منها - الأوصاف + الصور باستخدام قالب مراكز غرفة الصف).

### البيئة الصفية التعليمية



◀ منطقة الفن (المواد التي تدعم التأزر بين اليدين والعينين، وقدرة الإمساك بالأشياء، وتطوير قوة اليد والأصابع).

- الفن التصويري (قطع صغيرة من الورق في مجموعة متنوعة من الأشكال والقوام).
- مجموعة متنوعة من الورق ومواد الرسم (أقلام تلوين كبيرة وأقلام تلوين ودهانات وفرش).
- اللعب بالعجين والأدوات.

### ◀ منطقة المكعبات:

- مكعبات كبيرة لبناء مسارات لتخطي العقبات.
- مكعبات صغيرة من أجل البناء.
- ملحقات لبناء السلالم والجسور.

### ◀ منطقة اللعب الدرامي:

- الدعائم القائمة على الموضوع (مكتب الدكتور، متجر البقالة، ... إلخ).
- مجموعة متنوعة من الملابس التي تتطلب الأزرار وسحاب البنطلون.
- مجموعة متنوعة من الأشياء المنزلية التي تتطلب الفتح والإغلاق والملء والتفريغ، إلخ.

### ◀ منطقة العمليات المعرفية / الإدراكية:

- أحاج بسيطة.
- مجموعات المواد الطبيعية لتسهيل الاستكشاف الحسي.
- المشابك والخرز.

## منطقة الكتب: <

- مجموعة متنوعة من الكتب المصورة المتعلقة بالبناء والمنازل.
- كتب تعليمية مدعمة بالرسوم التوضيحية للمنازل ومنازل الحيوانات والمناطق الجغرافية التي تعيش فيها الحيوانات.

## منطقة اللعب بالخارج: <

- ألعاب مزودة بعجلات للقيادة والسحب والدفع.
- معدات التسلق والتزلق والتأرجح.
- الكرات، الأطواق، المكعبات الكبيرة.
- الأدوات والمعدات الخاصة بالحدائق.

**الخطوة الثالثة:** بعد ذلك تفكر المعلمة في جدولها اليومي وفي الطرق التي يمكنها من خلالها تقديم الفرص الملائمة للأطفال على مدار اليوم.

## الروتين اليومي

الأنشطة/الخبرات	الروتين اليومي
<ul style="list-style-type: none"><li>◀ القيام بإعداد مسار فيه عقبات بسيطة للأطفال عند دخولهم غرفة الصف.</li><li>◀ إنشاء طاولة الاكتشاف والمحتوية على مجموعات متنوعة من الأشياء الطبيعية لاستكشافها.</li><li>◀ توفير كتب مصورة عن الطعام والحدائق وصور الأطفال في المدرسة وفي أثناء لعب الألعاب... وما إلى ذلك.</li></ul>	الوصول
<ul style="list-style-type: none"><li>◀ قراءة كتاب عن أجسام الأطفال وأجزاء الجسم (مثل: العظام والأنف والعين والقدم... وما إلى ذلك) أو زيارة الطبيب.</li><li>◀ إشراك الأطفال الفطم في المناقشة حول ما يعرفونه وما يتساءلون عنه فيما يخص اليدين والقدمين والأنف والعينين ... وما إلى ذلك، أو زيارة الطبيب).</li></ul> <p>(الأنشطة التالية مبنية على مناقشة حول العيون، يمكن أيضًا توسيع هذا الموضوع للتعرف على الحواس الخمس).</p>	الحلقة الصباحية

الأنشطة/الخبرات	الروتين اليومي
<p>◀ مركز الفنون: إنشاء صور ذاتية باستخدام مواد مجمعة أو من الصلصال.</p> <p>◀ العلوم: توفير "أدوات البحث" مثل: العدسات المكبرة والمصايح اليدوية والعدسات الملونة ومجموعات المواد الطبيعية للأطفال لتوجيه عيونهم واستخدامها للرؤية.</p> <p>◀ مسرحية درامية: فكرة مكتب الدكتور ودعمها بالأدوات التي تستخدم في التمثيل.</p>	مجموعات التعلم وأنشطة المجموعات الصغيرة (الأركان)
<p>◀ إحضار بعض الأدوات المناسبة للبحث في الخارج.</p> <p>◀ بناء مسار به عقبات لممارسة مهارات العضلات الكبرى لتخطي هذه العقبات.</p> <p>◀ الانطلاق في رحلة صيد في الخارج، البحث عن الأشياء المخبأة في جميع أنحاء المنطقة، ووضع الأشياء في الأماكن التي يحتاج فيها الأطفال إلى ممارسة مهارات الزحف والالتناء والوصول والإمسك... وما إلى ذلك.</p> <p>◀ القيام بتجهيز حاوية وكرات؛ ليقوم الأطفال بتصويب الكرات بداخل الحاويات.</p>	اللعب الحر في الخارج
<p>◀ توجيه لعبة المتابعة التي تتضمن مجموعة متنوعة من الحركات مثل: الزحف، والمشي ببطء، وبسرعة، وإلى الخلف، والمشي باستقامة على الشريط المثبت في الأرض... إلخ.</p>	اللقاء الأخير
<p>◀ توفير الكثير من المعطيات للأطفال لاستخدام مهارات العضلات الكبرى والصغرى في جميع مناطق غرفة الصف.</p> <p>◀ مراقبة وملاحظة مشاركة الأطفال ورصد المجالات التي قد يحتاج الأطفال فيها إلى الدعم.</p>	طوال اليوم

**الخطوة الرابعة:** بعد ذلك تُراجع المعلمة [معايير التعلم المبكر النمائية](#) وتفكر في كيفية تفاعلها اليومي مع الأطفال بالشكل الذي يدعم معيار الصحة والنمو البدني.

## تطبيق معايير التعلم المبكر النمائية لدعم معيار الصحة والتطور البدني

### ١.٠ التطور الحركي للعضلات الكبرى

المؤشر	دور المعلمة
<p>◀ في معظم الأوقات يُظهر الطفل توازنًا وثباتًا وتحكمًا في استخدام عضلاته الكبرى.</p>	<p>◀ توفير الكثير من المعدات التي تسمح للأطفال بالاستكشاف الذاتي للعضلات الكبرى، مثل: هياكل التسلق وألعاب الركوب وألواح التوازن.</p> <p>◀ تخطيط وتسهيل الأنشطة التي توفر فرصًا لإثبات وممارسة التحكم الكبير في العضلات الكبرى مثل: التغلب على العوائق، وألعاب تبديل الحركة (مثل: الضوء الأحمر يقف والضوء الأخضر يمشي).</p>
<p>◀ يظهر ويقوم بمهارات توازن متزايدة.</p>	<p>◀ عمل كمرات توازن وخطوط سير من الداخل والخارج.</p> <p>◀ تخطيط وتسهيل الألعاب التي تتطلب حمل أشياء في أثناء الحركة.</p>
<p>◀ يركض بنشاط في الهواء الطلق ويتفاعل مع البيئة المحيطة.</p>	<p>◀ التشجيع على الجري من خلال تقديم ألعاب مثل: العلامة، أوزة البط.</p> <p>◀ لاحظي وحددي الأطفال الذين لا يشعرون بالراحة في أثناء الجري وفي أثناء الانخراط في نشاط قوي آخر. خططي للأنشطة الجذابة أو التي تساعد على تعزيز اللعب الصارم.</p>

### ٢.٠ التطور الحركي للعضلات الصغرى:

المؤشر	دور المعلمة
<p>◀ يتحكم بالعضلات الصغرى في يديه وأصابعه لإنجاز مهام بسيطة.</p>	<p>◀ توفير مجموعة متنوعة من المواد التي يتم التحكم فيها والمواد الفنية الإبداعية التي تتطلب استخدام الأيدي لإنجازها (الأحاجي والخرز وفرش الطلاب وأقلام التلوين).</p> <p>◀ أخذ دلاء من الماء وفرش الطلاب للخارج لغمرها في الماء، وتشجيع الأطفال على استخدام عيونهم لمشاهدة ما يحدث عندما يجف الماء.</p>
<p>◀ ينسق بين الحركات الصغيرة للأصابع والمعصم واليد؛ ليتعامل مع مجموعة كبيرة من الأشياء والأجسام والمواد.</p>	<p>◀ توفير المواد والخبرات التي تدعم التنسيق بين العضلات، مثل: الجرار/ والأغطية لفتحها وإغلاقها في منطقة اللعب الدرامية.</p>



### ٣,٠ الصحة والسلامة العامة:

المؤشر	دور المعلمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>ينجز مهام العناية الشخصية، على أن يترافق ذلك مع الدعم والنمذجة (كغسل اليدين، وارتداء الملابس، والذهاب إلى الحمام، وغيرها).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تخصيص وقت من اليوم لعمل المحاكاة للأطفال ودعمهم فيما يخص أداء مهام العناية الشخصية بشكل مستقل بتشجيع منك.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>يتقبل التوجيهات ويتوقف عن القيام بسلوك له علاقة بالسلامة عند توجيهه.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>مناقشة ممارسات السلامة مع الأطفال الفطم في أثناء المناقشات الجماعية، وتوفير الإشراف المناسب لإعطاء التوجيهات أو الاقتراحات لوقف أو تعديل السلوكيات التي قد تكون غير آمنة.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>يستخدم الكبار كمصادر للاستعانة بهم عندما يحتاج إلى المساعدة في المواقف التي تكون خطيرة أو تحتمل الخطر.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>بقاء المعلمة على مقربة من الأطفال الفطم في أثناء استكشافهم لبيئاتهم؛ للتأكد من كونهم يعرفون أن المعلمة موجودة لدعمهم حسب الحاجة.</li> </ul>

### ٤,٠ الصحة الفموية:

المؤشر	دور المعلمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>يذهب إلى طبيب الأسنان برفقة مقدمة الرعاية كل ستة أشهر من أجل وقاية الأسنان وتنظيفها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تتحدث المعلمة مع أولياء الأمور للتأكد من أنهم على دراية بممارسات رعاية صحة الفم الجيدة للأطفال الرضع.</li> </ul>

### ٥,٠ الصحة الغذائية:

المؤشر	دور المعلمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>يبدأ بإدراك مجموعة من الأطعمة المفيدة ويتناولها.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>قراءة الكتب وتقديم تجارب مباشرة مع الأطعمة الصحية خلال أوقات المجموعة.</li> <li>إجراء تجارب طبخ بسيطة مع الأطفال الفطم.</li> <li>عرض موضوع الأطعمة الصحية ومناقشته خلال أوقات الوجبات والوجبات الخفيفة.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>يميز بين الأشياء التي تؤكل وتلك التي لا تؤكل.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>تقديم أطعمة جديدة ومناقشة مذاقها وملمسها مع الأطفال.</li> </ul>

## إرشادات للمعلمة

- تقوم المعلمة بتوفير الألعاب والمواد التي تقدم تدريبات على مهارات العضلات الصغرى والتأزر بين العين واليد، مثل: الأحاجي والأوتاد وألواح المشابك والخرز إلى الخيط وبطاقات الربط، مع الانتباه إلى أن قطع اللعب / المواد لا تسبب الاختناق للأطفال.



إرشادات  
للمعلمة

◀ توفير الفرص للأطفال الفطم لتطويع واستخدام مهارات المساعدة الذاتية، مثل: التغذية وارتداء الملابس بأنفسهم.

◀ عمل حدود واضحة ومتسقة حول الأشياء والمواقف الضارة (على سبيل المثال: وضع الطفل دائمًا في مقعد السيارة الآمن عند السفر في مركبة: "يجب أن تمسك يدي دائمًا عندما نسير في موقف للسيارات").

(معايير التعلم المبكر النمائية للفئة العمرية من الميلاد وحتى ثلاث سنوات، ٢٠١٨، ص٧٦).

## الممارسة الرابعة

### حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر.

[\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ص٣٩-٤٠\).](#)

## مصادر المعلمة

### مقال بعنوان: دعم الأطفال الذين يعانون من الحساسية من اللمس في أثناء لعبهم في الطبيعة

يلخص المقال أنه من الممكن أن يكون الانخراط في لعب الطبيعة أمرًا صعبًا على الأطفال الذين لديهم حساسيات من اللمس تجعل لمس الأشياء غير مريح أو مرهق أو حتى مؤلمًا. قد يتجنبون فرص اللعب في الطبيعة بسبب خوفهم أو عدم ارتياحهم لما يشعرون به عند لمس المواد الطبيعية، ويصفونها بأنها "وعرة جدًا" أو "لزجة جدًا" أو "رطبة جدًا" أو "ناعمة جدًا". فيما يلي بعض النصائح العملية التي يمكنك استخدامها لدعم الأطفال الذين يعانون من الحساسية من اللمس في أثناء لعبهم في الطبيعة.

◀ **تقديم المواد الطبيعية بانتظام ولفترات طويلة.** الأطفال الذين يتعرضون بانتظام للمواد الطبيعية هم أكثر عرضة للتفاعل معها. ضعي في اعتبارك إضافة أكواز الصنوبر أو الطين أو الأوراق أو الزهور أو العصي إلى العلوم أو المناطق الحسية في غرفة الصف. واسمحي لهم "بالمرور" دون لمس المواد حتى يشعرون بالراحة. يعني هذا غالبًا ترك المواد في المنطقة لعدة أيام أو حتى أسبوع. لا تثبط عزيمتك إذا لم يلعب الأطفال على الفور بالمواد، امنحهم الوقت للمشاركة في جدولهم الخاص.

◀ **استخدام اللغة الإيجابية وعمل نموذج للتصرف السلوكي يدفع الأطفال لمحاكاته في أثناء استكشاف سمات المواد الطبيعية.** على سبيل المثال: في أثناء حمل الزهرة، قولي أشياء مثل: "أوه! لقد لاحظت أن هذه الزهرة ناعمة!" أو في أثناء عصر قطعة من الإسفنج الطبيعي قولي: "هذا ممتع. اعتقدت أن هذا الإسفنج سيكون صلبًا، لكنه في الواقع ناعم". يمكن أن يساعد استخدام اللغة الإيجابية وعمل نموذج للتصرف السلوكي في تقليل خوف الأطفال من تجربة الأساس المعقدة.



مصادر  
المعلمة

- ◀ **إدخال مواد ذات نسيج واحد في كل مرة بدلاً من مزجها معًا.** على سبيل المثال: صندوق من الصخور الملساء هو أكثر جاذبية للطفل المصاب بالحساسية أكثر من صندوق من الصخور الملساء والصلبة مجتمعة معًا.
- ◀ **اعرضي الأشياء المألوفة أولاً.** المواد التي شاهدها الأطفال في بيئاتهم الخاصة أقل ترويحًا من المواد الجديدة. قد يكون الأطفال على دراية بالأشياء الطبيعية مثل: الرمل والماء والأصداف والعصي من أحيائهم أو المناطق المحيطة بهم.
- ◀ **ضعي الأواني (مثل: المجارف والملقط والملاعق) والقفازات بالقرب من الأشياء الطبيعية للأطفال الذين يعانون من حساسية شديدة.** يمكن تشجيع الأطفال على ارتداء القفازات في أثناء اللعب باعتبارها طريقة بديلة للمس.
- ◀ **اطلبي من الأطفال إحضار الأشياء الطبيعية الخاصة بهم إلى متحف غرفة الصف.** يتطور الأطفال في البيئات الاجتماعية. يرون أقرانهم يعملون معًا لإدراج المواد الطبيعية في الصف، سيكونون أكثر استعدادًا لتجربة الأشياء.
- ◀ **امنحي الأطفال ذوي الحساسية من المواد خيار استخدام حواسهم الأخرى لتجربة الطبيعة.** اجذبي انتباههم إلى ضوء الشمس من خلال إدخال عناصر مثل: المنشور، والنظارات المكبرة، والمشكال،-وشجعهم على الاستلقاء ومشاهدة السحب أو الاستمتاع بأشعة الشمس التي تلامس وجوههم، أو استخدام "أذان الاستماع" لسماع حفيف أوراق الأشجار أو أصوات الطيور في الأشجار والشجيرات القريبة.
- ◀ **اتباع سياسة الباب المفتوح للمتطوعين من العائلة داخل وخارج غرفة الصف حتى تتمكن العائلات من المساعدة في دعم أنشطة لعب الطبيعة.** قومي بإنشاء كتب لتسهيل التواصل مع العائلة وهذه الكتب تتضمن صورًا لإنجازات لعب الأطفال في الطبيعة جنبًا إلى جنب مع بعض النقاط المكتوبة حتى يتمكن أفراد الأسرة من تشجيع أطفالهم على اللعب في المنزل.

(Delvecchio, 2020).

### لحظة تأمل

فكري في برنامجك وغرفة صفك. كيف تقومين عن قصد بإعداد دعوات للأطفال للمشاركة في اللعب الحسي والطبيعة بوصفها جزءًا من تخطيط النمو البدني؟

## تطبيق معيار الصحة والتطور البدني لمرحلة أطفال الروضة (من عمر ٣-٤ سنوات)

”الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة هم مخلوقات تتحرك باستمرار، وتعمل وتففز. يتفاعلون بسعادة مع فرص الحركة الإبداعية، واللعب البدني الدرامي، والتواجد في الهواء الطلق حيث يمكنهم التحرك دون قيود.“

(Copple et al., 2013, 28).



**السؤال: ما الذي تفعله المعلمات المهنيات لتوظيف معيار الصحة والتطور البدني ضمن المنهج الدراسي الخاص بمرحلة الروضة؟**

**الجواب:** يمكن للمعلمات المهنيات اتباع هذه الممارسات الأربع المثلى المهمة:

### الممارسة الأولى

**وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلمه.**

إن المعلمات المهنيات يفهمن طبيعة أطفال الروضة الصغار والأشياء التي يتعلمونها:

**تصف معايير التعلم المبكر النمائية المهارات الأساسية والمعرفة الخاصة بالصحة والتطور البدني. وهي تشمل المعرفة والمهارات التي تركز على النقاط الآتية: الصحة والسلامة**

◀ **يركز معيار الصحة** على تطوير الممارسات الصحية التي تساعد الأطفال على التخلص من الأمراض والمشكلات الصحية الناتجة عن التغذية غير السليمة. وذلك من خلال مساعدة الأطفال على تطوير عادات النظافة الشخصية والاهتمام بصحة الفم والتغذية الصحية وممارسات التخلص من الفضلات ومعرفة وظائف الجسم الأساسية، ويمكن للأطفال تعلم تحمُّل المسؤولية عن صحتهم في أثناء نموهم.

تركز **السلامة الشخصية** للأطفال على المعرفة والممارسات التي تساعد الأطفال على تجنب الإصابة والبقاء بأمان في بيئات مألوفة وغير مألوفة لديهم، تشمل مجالات التركيز الرئيسة ما يلي:

- النظافة وصحة الفم.
- التغذية.
- معرفة الجسم.
- الوقاية من الإصابات.
- السلامة الشخصية.

◀ **التطور العضلي:** يتناول التطور العضلي نمو الطفل وقدرته على تحريك جسمه مع زيادة التحكم والتنسيق في الحركة. قد يُبدي الأطفال الصغار تنوعًا كبيرًا في نموهم البدني؛ حيث إن النمو السريع للأطفال يتطلب التكيف باستمرار مع تغير حجم الجسم والوزن. وعلى الرغم من هذا الاختلاف، تشير الأبحاث إلى أن البشر يتطورون جسميًا بشكل متصل وتدرجي يمكن التنبؤ به؛ أي أن الأطفال يتعلمون الجلوس قبل الوقوف والوقوف قبل المشي. وعندما يصل الأطفال إلى عمر الدراسة المبكرة (من عمر 3 - 4 سنوات) تبدأ أجسامهم في النمو بوتيرة ثابتة ويصبحون أكثر كفاءة في المهارات العضلية.

تشمل مجالات التركيز الرئيسة ما يلي:

- أنشطة العضلات الكبرى.
- أنشطة العضلات الصغرى.
- التنسيق في الحركة والتوازن.

(معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية أطفال عمر 3-6 سنوات، ٢٠١٥، ٥١).

## السؤال: ما المهام الرئيسية لمعيار الصحة والنمو البدني التي يعمل عليها الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة؟

الجواب: يعمل الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة على مهام معيار الصحة والنمو البدني الآتية:

- ◀ تقوية العضلات الكبرى والتحكم بأجسامهم من خلال القفز والجري والتسلق.
- ◀ تحسين التنسيق في الحركة والتوازن.
- ◀ تعلّم التحكم في أيديهم وعضلات أصابعهم.
- ◀ تطبيق الممارسات الصحية وتعلم طرق البقاء في أمان.

تعزز المعلمات المهنيات نمو الأطفال نمائياً: (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠)

## السؤال: ما الذي يمكن للمعلمة فعله لمساعدة الأطفال في عمر ما قبل المدرسة في إنجاز مهام معيار الصحة والنمو البدني؟

الجواب: إليك ما يمكنك فعله:

- ◀ اتباع متطلبات الصحة والسلامة الأساسية.
- ◀ الحرص على الإشراف على الأطفال - خصوصاً أن الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة يتعاملون مع المعدات الخارجية.
- ◀ دعم فهم الأطفال للعادات الصحية بما في ذلك التغذية.
- ◀ دعم تطوير مهارات المساعدة الذاتية للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، مثل: غسل اليدين وتنظيف الأسنان وارتداء الملابس... وما إلى ذلك.
- ◀ التأكد من حصول الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة على الكثير من وقت اللعب في الخارج.
- ◀ تضمين التطوير البدني في التخطيط اليومي للمناهج الدراسية، وتشمل: الأنشطة البدنية على مدار اليوم (في الداخل والخارج).
- ◀ إضفاء الطابع الفردي على أنشطة الحركة لتعكس مستوى مهارة كل طفل.
- ◀ استخدم مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات لتشجيع نمو العضلات الكبرى (بما في ذلك: الحركة / والاستقرار / التوازن، التحكم).
- ◀ توفير الوصول إلى أنواع كثيرة من المواد والأشياء لمساعدة الأطفال على تطوير نمو العضلات الصغرى.

(Copple et al., 2013, 32-33).

## السؤال: ما الذي تفعله المعلمة لخلق بيئة تعليمية تدعم معيار الصحة والنمو البدني للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة؟

الجواب: فيما يلي بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لإنشاء بيئة تدعم الصحة والتنمية البدنية.

## ◀ الصحة والسلامة:

- توفير المواد والمعدات التي تدعم رعاية الأطفال الذاتية لأنفسهم مثل: استعمال الأحواض الصغيرة التي تلائم حجم الأطفال أو استعمال سلاسل آمنة ومناسبة؛ لمساعدة الأطفال على الوصول بسهولة إلى الأحواض والصابون والمناشف ومعجون الأسنان وفرشاة الأسنان الفردية... وما إلى ذلك.
- التأكد من أن جميع المناطق والمعدات داخل غرفة الصف وخارجها نظيفة وآمنة.

## ◀ التطور البدني:

- أنشطة العضلات الكبرى:
  - توفير المعدات الخارجية التي توفر فرصًا للأطفال للتمكن من التآرجح والجري والتسلق والقفز.
  - توفير المواد الخارجية التي توفر فرصًا للأطفال لممارسة الرمي والركل والحمل والدفع والسحب والركوب. ومن أمثلة هذه المواد الكرات، المكعبات الكبيرة، الدراجات الهوائية، وعربات الأطفال اليدوية؛ عوارض التوازن، الأطواق، وأدوات العناية بالنباتات.
  - المعدات والمواد الداخلية التي تبني عضلات كبيرة وتدعم التنسيق في الحركة مثل: عارضة التوازن، والمساحة المفتوحة الكبيرة للعب النشاط، والمواد التي يمكن حملها ورضها، مثل: الكتل الكبيرة المجوفة.
- أنشطة العضلات الصغرى:
  - استعمال الأشياء الصغيرة لقيام الأطفال بفرزها وعدّها.
  - توفير المشابك والخرز للخيط.
  - توفير الملابس التي فيها سحابات وزر وربطة عنق.
  - ارتداء الملابس.
  - توفير الدمى والأكسسوارات.
  - توفير مواد الرسم والكتابة.
  - توفير المقصات الآمنة والطلاء والصلصال.
  - توفير الفرص لممارسة المهارات الوظيفية مثل: السكب، وإعداد الطاولة، والتنظيف، وارتداء الملابس.

(Copple et al., 2013, 32-33).

## إرشادات للمعلمة

"من المهم في عمل برنامج الحركة المناسب من الناحية التنموية للأطفال الصغار أن يقوم الطفل بتطوير المهارات البدنية، بالإضافة إلى وعيه بكيفية ارتباط مفاهيم الحركات بتلك المهارات. على سبيل المثال: إن تقييد تجارب حركة الأطفال على رمي الكرة أو ركلها بدون تقديم مفاهيم الركل بقوة، أو الرمي عاليًا، أو الرمي لأسفل، قد يساهم في فشل توفير قاعدة المعرفة التي يحتاجها الأطفال الصغار ليكونوا بارعين في الحركة".

(Sanders, 2002 in Copple et al., 2013, 32).



إرشادات  
للمعلمة

## توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل والبناء على هذه المعارف من أجل خلق فرص تعلّمية لكل طفل في المجموعة.

تلاحظ المعلمات المهنيات وتوثق تعلّم وسلوكيات الأطفال (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٣٩؛ الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة، ٢٠١٨، ٦٨-٧١).

### تبدأ عملية تخطيط المنهج الدراسي بالملاحظة والتوثيق والتأمل.

" تبدأ عملية تخطيط المنهج الدراسي الخاص بالرّضع والطفم عندما تكتشف المعلمات تطور كل طفل على حدة. ولا يكون ذلك إلا من خلال الإنصات والملاحظة الشديدة للأطفال. وتُعدّ عملية الملاحظة إحدى أهم المهارات التدريسية. وعندما تلاحظ المعلمات الأطفال يتمعن فسوف يدركن كيف يقوم كل طفل باكتشافاته في لحظات معينة خلال لعبه وتفاعلاته اليومية، وكيف تصبح هذه اللحظات ذات معنى بالنسبة له".

(California Department of Education, 2012, 26).

## إرشادات للمعلمة

التوثيق جزء مهم من عملية المراقبة. فالوثائق المستندة على الملاحظة تساعد المعلمات على التخطيط لأفضل الممارسات التالية في مراحل تعلم الطفل. إن التوثيق يوجه بوضوح تخطيط المناهج الدراسية، حيث إن المعلمات يستطعن التنبؤ بما يمكن للطفل فعله، وفيما يلي بعض الطرق التي يمكنك من خلالها توثيق عملية التعلم:

- ◀ استخدم السجلات المكتوبة لما تقومين برؤيته وسماعه (تحمل بعض المعلمات بطاقات الملاحظات أو الملاحظات اللاصقة معهن لتسجيل الملاحظات "في أثناء حدوثها").
- ◀ دعم السجلات المكتوبة بالصور الثابتة وتسجيلات الفيديو لالتقاط حدث أو سلسلة من الأحداث اليومية.

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٤) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة (٦ - سنوات). -لتطبيق المعايير النمائية للأطفال من عمر ٣







## إرشادات للمعلمة

على المعلمة تخطيط وتقديم "التحديات الحركية" التي تركز على مهارات النمو البدني المحددة للأطفال. مراقبة وتوثيق مستويات مهارات الأطفال. الاحتفاظ بدفتر ملاحظات يحتوي على ملاحظات فردية للأطفال لاستخدامها في التخطيط المستقبلي. وإنشاء كتاب عن التحديات الحركية خاص بغرفة الصف، حيث يصور الكتاب الأفراد ومجموعات الأطفال المشاركين في التحديات. ويمكن للأطفال أيضًا رسم صور لأنفسهم لإضافتها إلى الكتاب الخاص بالصف. فيما يلي بعض التحديات المقترحة التي تركز على مجموعات مهارات محددة:

### ◀ **المهارات الحركية:** القفز، والركض، والانزلاق، والسير.

التحديات الحركية:

- قَدِّمي الأهداف المخطط لها / الأهداف المقصودة واطلبي من الأطفال: الركض نحو السياج، والقفز إلى رف المعاطف للاستعداد للخارج.
- وفري التحديات الخاصة بالوقت والأرقام والتي تطلب من الأطفال معرفة عدد المرات التي يمكن للطفل فيها القفز إلى رف الكتب والعودة قبل نداء المعلمة عليه. فعلى سبيل المثال: تقول المعلمة للطفل: دعنا نرى مدى سرعتك في المرور حول الدائرة.

### ◀ **مهارات الثبات:** نقل الأوزان، التوازن، القفز والهبوط، التدرج.

التحديات الحركية:

- يتدرج الطفل وكأن ساقيه ملتصقتان ببعضهما. تقول المعلمة: من يستطيع التدرج في اتجاه واحد؟ ومن يستطيع أن يتدرج على شكل دائرة؟
- تصميم مسار توازن يمشي عليه الأطفال أو يقفون عليه حاملين أشياء (ألواح خشبية، المسارات المطبوعة، الحبال الملتوية، الحواجز المرتفعة).

### **مهارات التناول:** الإمساك والتجميع والضرب بالمضارب والقبض والركل.

التحديات الحركية:

- كيف يمكنك الإمساك بكيس الفول منخفضًا؟ عاليًا؟
- كم مرة يمكنك أنت وصديقك بالفصل ضرب البالون ذهابًا وإيابًا؟

تقوم المعلمات المهنيات ببناء العلاقات مع المجتمع ومع أسر الأطفال. [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\).](#)

## أدوات للمعلمة

### النشرة التثقيفية للوالدين

يمكنك مساعدة الوالدين على الشعور بمزيد من المشاركة في تعلم أطفالهم من خلال تقديم النصائح والاقتراحات لهم حول كيفية دعم عملية التعلم في المنزل بسهولة. فيما يلي مثال على النشرة التثقيفية التي تزود العائلات بمعلومات عن تطور العضلات الصغرى



للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة وكيف يمكنهم استخدام الروتين والأنشطة اليومية لبناء العضلات الصغرى: نشرة من مدونة الجمعية الوطنية الأمريكية لتعليم الصغار بعنوان: ساعدي طفلك على تنمية المهارات الحركية.

## الوالدين الأعزاء:

### هل تعلمون:

"أنه من المهم أن يمارس طفلكم العديد من الأنشطة اليومية كارتداء الملابس وتناول الطعام والكتابة والتحكم في العضلات الصغيرة في اليدين. نسمي هذه المهارات مهارات العضلات الصغرى. يمكن لطفلك أن يفعل المزيد من الأشياء لنفسه عندما تتاح له الفرص لممارسة هذه المهارات. هناك الكثير من الأنشطة التي يمكن أن تزيد من قوة العضلات الصغرى، وإعداد الأطفال لممارسة مهارات أكثر تقدمًا، مثل: الكتابة بقلم رصاص، أو استخدام فأرة الكمبيوتر.

ساعدوا طفلكم على بناء مهارات العضلات الصغرى في المنزل من خلال توفير الفرص التالية:

#### ◀ المشاركة في الأنشطة المنزلية، مثل:

- تجهيز طاولة الطعام.
- مسك السكاكين والشوك والملاعق للأكل.
- صب العصير في كوب.
- مسح الطاولة بإسفنجة.
- المساعدة في وجبات الطعام: يقلب ويرج ويقطع ويخلط.
- ارتداء الملابس: غلق الزر، سحب سحابات الملابس، ربط رباط الأحذية.
- فك ولصق الشريط اللاصق الذي يصدر صوتًا (شيك شيك).
- فتح وغلق العبوات ذات الأغشية.

#### ◀ الانخراط في أنشطة اللعب، مثل:

- القص بمقص آمن للأطفال.
- بصمة اليد.
- استخدم فرشاة الرسم.
- اللعب بالعجين والصلصال: العجلات، أدوات الضغط والتشكيل، واستخدم الأدوات المساعدة مثل: عصي المصاصة أو الطوابع.
- الرسم أو الخربشة أو الكتابة باستخدام أقلام التلوين وأقلام الرصاص وأقلام التحديد.
- حل الأذجي في مجموعة.
- وضع الأوتاد في الأماكن المحددة لها في اللوحة.
- بناء مجسم باستخدام المكعبات الصغيرة.
- لعب ألعاب اللوح.
- اللعب بالدمى.

استمتعوا وساعدوا طفلكم الصغير على النمو والتعلم!

(NAEYC, 2010).

توظيف المعلمات المهنيات للممارسات الملائمة نمائياً. (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨).

## أدوات المعلمة

### الممارسات الملائمة نمائياً لدعم الصحة والتطور البدني



أدوات  
المعلمة

الممارسات غير الملائمة نمائياً	الممارسات الملائمة نمائياً
<p>◀ تقديم أغذية ذات قيمة غذائية منخفضة ونسبة عالية من السكر والدهون أو السماح بإحضارها.</p> <p>◀ قضاء الأطفال وقتاً طويلاً جالسين وعدم ممارسة الرياضة بشكل كافٍ.</p> <p>◀ عدم تواصل المعلمات مع العائلات بشأن عوامل مهمة مثل: الملابس التي تعيق المشاركة النشطة للأطفال في الأنشطة.</p> <p>◀ فرص الأطفال في تنمية مهارات العضلات الكبرى إما محدودة للغاية أو غير منتظمة.</p> <p>◀ لا تشارك المعلمات أو غيرهن من البالغين المؤهلين الأطفال في أثناء قضايتهم بعض الأنشطة في الهواء الطلق باستثناء ممارسة الإشراف الأساسي.</p> <p>◀ لا تبذل المعلمات سوى القليل من الجهد لإشراك الأطفال الأمل نشاطاً أو المتأخرين في النمو لمساعدتهم على تطوير المهارات ودعم الثقة بالنفس.</p> <p>◀ تحتوي مناطق النشاط البدني على معدات محدودة للغاية، وهو الأمر الذي سيؤدي إلى افتقار الأطفال إلى مجموعة متنوعة من الخيارات و/ أو يتعين عليهم في كثير من الأحيان انتظار الدور.</p> <p>◀ تعطي المعلمات الأطفال مهاماً صعبة للغاية خاصة بتنمية مهارات العضلات الصغرى، أو يجعلونهم يخضعون لمعايير عالية في استخدام العضلات الصغرى بشكل غير واقعي في تنفيذ المهام (على سبيل المثال: توقع أن يكتب الأطفال الحروف بدقة).</p> <p>◀ الأدوات والتجارب الخاصة بتنمية مهارات العضلات الصغرى التي توفرها المعلمات ليس لديها تنوع كافٍ للسماح للأطفال في مختلف المستويات بالتقدم لتحقيق التأزر بين اليد والعين والتحكم في الحركة.</p> <p>◀ لتوفير الوقت وتجنب الفوضى، غالباً ما تقوم المعلمات بالمهام الروتينية للأطفال.</p> <p>◀ إظهار المعلمات الغضب أو يعرضن الأطفال للخجل عند حدوث انسكابات أو حوادث أخرى.</p>	<p>◀ تقوم المعلمات بتعريف الأطفال بالعادات الصحية الخاصة بالأكل وممارسة الرياضة والنظافة الشخصية ويقدمن المفاهيم الأساسية الخاصة بعمل الجسم والنمو البدني.</p> <p>◀ يقضي الأطفال وقتاً قصيراً جالسين، فهم قادرين على التنقل بحرية معظم اليوم.</p> <p>◀ تتأكد المعلمات من أن الأطفال لديهم الكثير من الفرص لاستخدام العضلات الكبرى في الموازنة والقفز والجري والتسلق، وغيرها من الحركات القوية في اللعب وفي أنشطة الحركة المخطط لها.</p> <p>◀ تقوم المعلمات بتعليم الأطفال متعة النشاط البدني وأهميته، بالإضافة إلى الوعي الجسدي والمكاني ومهارات الحركة الأساسية (التقاط الأشياء، التوازن، القفز).</p> <p>◀ تقوم المعلمات بإشراك الأطفال الأقل نشاطاً أو المتأخرين في المهارات الجسدية والتنمية؛ لمساعدتهم على تطوير مهارات جديدة وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.</p> <p>◀ توفر المعلمات فرصاً على مدار اليوم لتطوير مهارات العضلات الصغرى من خلال العمل باستخدام المواد المناسبة (ألعاب الفك والتركيب، وعجينة اللعب، وأدوات الرسم والكتابة، والخرز، والورق، والمقص، والمكعبات، والأزرار، والسحابات على الملابس).</p> <p>◀ تدعم المعلمات جهود الأطفال في اكتساب مهارات جديدة.</p> <p>◀ توفر المعلمات الفرص والدعم للأطفال لتطوير وممارسة مهارات المساعدة الذاتية (الاستقلالية) والخاصة باستخدام العضلات الصغرى مثل: ارتداء الملابس، واستخدام المراض، وتقديم الطعام وإطعام أنفسهم، وتنظيف الأسنان، وغسل اليدين، والتقاط الألعاب.</p> <p>◀ تتحلّى المعلمات بالصبر عند حدوث انسكابات عرضية وحوادث وبعض الأنشطة غير المنتهية.</p>

(Coppie et al., 2013).

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (١) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني للأطفال من ٣-٤ سنوات في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من عمر ٣ - ٦) سنوات

## إرشادات للمعلمة

### تطوير أنشطة العضلات الكبرى

في كثير من الأحيان لا يتم الاعتراف بالنشاط البدني واللعب في الهواء الطلق كجزء لا يتجزأ من المنهج الدراسي؛ لم يتم تخصيص الحد الأدنى من الوقت لهم لأن البرامج قد تُعدّ هذا الوقت تقليلاً من الوقت المخصص للتدريس. عندما يحصل الأطفال على فرص للترويح عن أنفسهم من خلال ممارسة النشاط البدني، فإنهم سيتقنون المهارات الأساسية التي يحتاجونها في أنشطة أكثر تقدماً، وذلك رهن بتدعيم الكبار لهذه الأنشطة.

(Copples et al., 2013).

## إرشادات للمعلمة

### تطوير أنشطة العضلات الصغرى

تدفع المعلمات والآباء أحياناً الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة إلى إتقان المهارات الأكثر تقدماً عند كتابة الأطفال باليد (تشكيل الحروف بدقة والكتابة على السطور) وذلك قبل أن يحصل الأطفال على نمو كافٍ للعضلات الصغرى. ولكن في هذه المرحلة لا ينبغي أن يكون التركيز على الكتابة اليدوية الدقيقة ولكن على كتابتهم الناشئة - أي تعلم التعبير عن أنفسهم؛ لاستخدام الكتابة لأغراض مختلفة، والتعرف على الحروف والكلمات.

(Copples et al., 2013).

## الممارسة الثالثة

### تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي.

تستغل المعلمات المهنيات معرفتهن بمحتوى مادة الدرس لبناء منهج ذي معنى وتوفير فرص تعلم هادفة للأطفال ([إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد - ٦ سنوات](#)، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠).

### هل تعلمين؟

عندما يختبر الأطفال العالم ثلاثي الأبعاد من خلال التحرك بداخله، يمكنهم بناء أساس متين لتطوير المهارات في جميع المجالات. ويميل الأطفال النشطون إلى أن يظلوا متحفزين ومركزين عند اللعب والتعلم. وقد لا يشعر بعضهم بالراحة أو المهارة الكافية للتحرك بحرية والانخراط في النشاط البدني، لذا يمكن للمعلمات مساعدة الأطفال على تطوير المهارات الحركية من خلال تقديم ألعاب مخططة لإمتاع الأطفال وبناء مهاراتهم في نفس الوقت.



## أدوات المعلمة

### ألعاب الحركة في مرحلة الروضة

١. "أدخلي طرقًا جديدة للتنقل على مدار اليوم، على سبيل المثال: بدلًا من المشي، قومي بدعوة الأطفال إلى:

◀ القفز أو الانزلاق أو الركض للحصول على معاطفهم من غرفهم.

◀ الزحف على اليدين والركبتين في أثناء وقت التنظيف.

تعمل هذه الأنشطة الحركية الكبيرة على تقوية العضلات وتهيئة أجسام الأطفال الصغيرة لتنمية حركات صغيرة ومتميزة، مثل: استخدام المقص والرسم باستخدام أقلام التلوين.

٢. شجعي الأطفال على القيام بالمغامرات في الهواء الطلق على سبيل المثال:

◀ ذهاب كل طفل حافي القدمين لكي يشعر بالاختلافات بين الرمل والعشب.

◀ وضع القدم في أحواض الماء.

◀ صنع طقات من الطين.

◀ القفز في أكوام من ورق الشجر.

تعزز هذه الأنشطة "الفوضوية" النمو العصبي الذي يعد أدمغة الأطفال الصغار لمهام القراءة والكتابة في المستقبل.

٣. ساعدي الأطفال على إدراك المساحة المحيطة بهم، فإبصار الأشياء من حولهم يوجههم للنظر إلى الأشياء البعيدة والواسعة، بدلًا من النظر إلى الأشياء القريبة والضيقة. فعلى سبيل المثال:

◀ يصفق الأطفال على الفقاعات بين أيديهم.

◀ يتتبع الأطفال شعاع المصباح بأصابعهم وأقدامهم في أثناء تحركه عبر السقف.

◀ التقاط الريش المتساقط على مرفقيهم أو ركبهم أو ظهر أيديهم. إن مشاهدة الأهداف بطيئة الحركة تدرب العينين على التحرك بسلاسة، وهذا تمهيد لتعلم الأطفال القراءة.

٤. خَطّطي للحركات التي تمنح الأطفال الثقة للتعامل مع تحديات الحياة بنجاح.

◀ قومي بإعداد صندوق كرتوني كبير في الفصل أو في الهواء الطلق. عندما يقوم الأطفال بالمناوره بداخل الصندوق وخارجه - أو حول طوق أو تحت طاولة أو عبر نفق - يكونون مسؤولين عن أجسادهم في خضم هذه الحركات."

(Newman & Kranowitz, 2012).

تعمل المعلمات المهنيات على تعميق مهارات التخطيط والتنفيذ للمناهج الدراسية من خلال استخدام موضوعات الاستقصاء لزيادة المعرفة ودعم تطوير الإدراك الإيجابي والمعرفة العامة [\(الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة، ٢٠١٨، ٦٨-٧١\)](#).



## إرشادات للمعلمة

هل تبحثين عن موضوعات خاصة بالاستقصاء عن اهتمامات الأطفال وأسئلتهم؟

صمّمي "حائط العجائب" في غرفة الصف حيث يمكنك كتابة الأسئلة والاهتمامات التي يطورها الأطفال بناءً على الاكتشافات الجديدة في بيئتهم، على سبيل المثال: أثناء التجول في الملعب الخارجي، لاحظ الأطفال صوراً لأشخاص وهم يقومون بحركات بدنية متعددة وتساءلوا عن كيفية استطاعتهم القيام بها. احتفظي بسجل ودوني فيه أبرز التعليقات، واطلبي من الأطفال المساهمة في هذا السجل من خلال تقديم اقتراحاتهم أو رسومهم التوضيحية.

إن المعلمات المهنيات يعملن على تعميق مهارات التخطيط والتنفيذ من خلال النظر في فرص دعم الصحة والتطور البدني طوال اليوم.

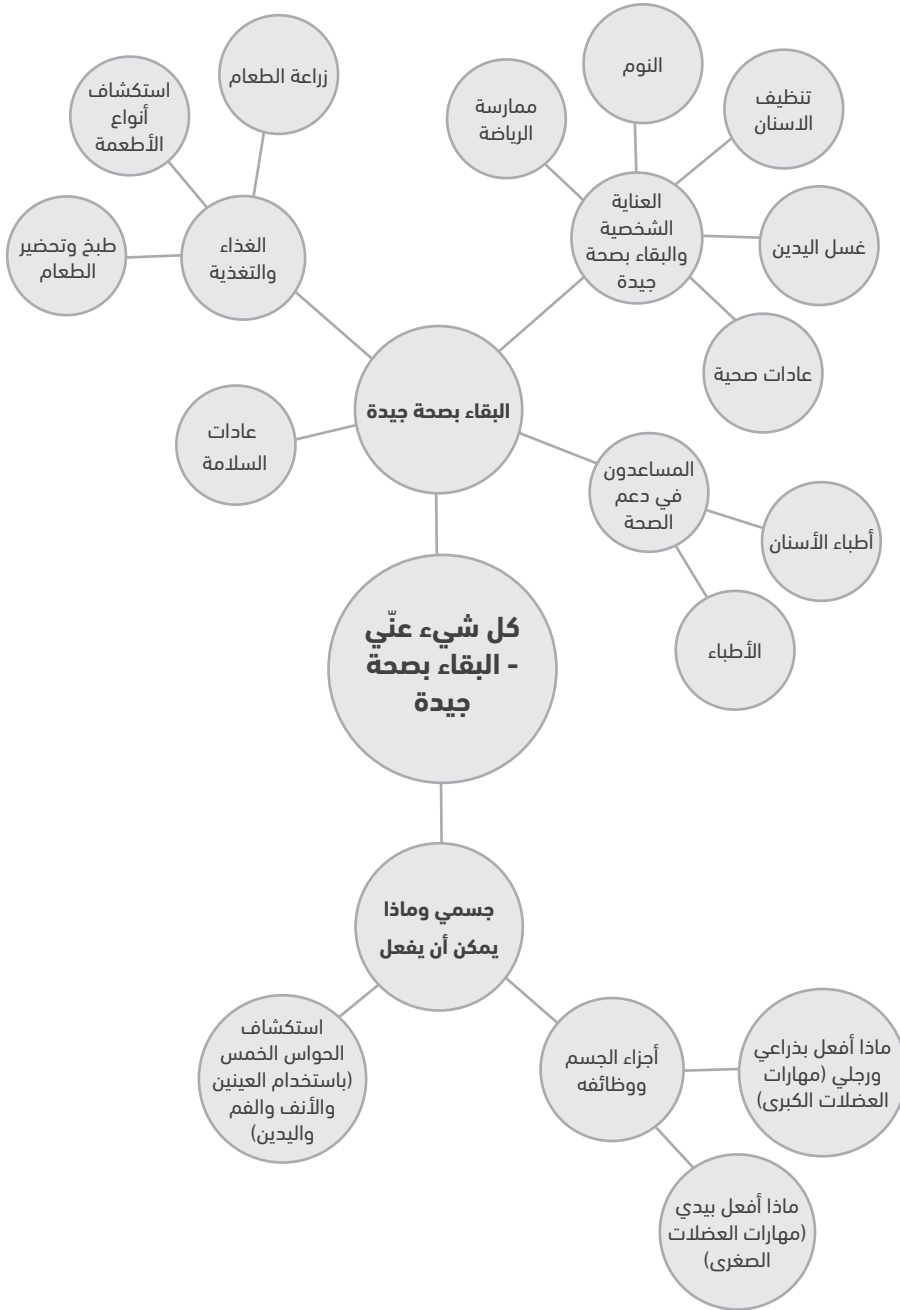
## موقف افتراضي



اختتمت المعلمة فاطمة العام الدراسي لمرحلة الروضة بموضوع الاستقصاء عن "كل شيء عني وعن العائلات". لقد لاحظت المعلمة فاطمة أن أطفالها في مرحلة الروضة يعملون بجد لزيادة المهارات الحركية - باستعمال العضلات الكبرى والصغرى. يهتمون بشكل خاص بالتعبير عن أفكارهم من خلال الكتابة والرسم في وقت مبكر. بعد قراءة كتاب "الذهاب لزيارة الطبيب"، بدأ الأطفال أيضًا يتحدثون عن أجسامهم وما يمكنهم فعله بها. تعتقد المعلمة فاطمة أن الاستمرار في موضوع "كل شيء عني" مع التركيز على جسمي وما يمكن أن يفعله" سيكون طريقة جيدة لأخذ معيار الصحة والنمو البدني في الحسبان عند تخطيط مناهجها. استخدمت فاطمة الاستراتيجيات التالية لتطوير خطة تركز على المنازل والمجتمعات كموضوع للاستقصاء:

**الخطوة الأولى:** راجعت قائمة أسئلة الأطفال وتعليقاتهم، واستخدمت **خريطة الموضوع** للبدء في تحديد جميع مجالات الاستقصاء المحتملة التي يمكن معالجتها كجزء من دراسة معيار الصحة والنمو البدني. استخدمت رابط مخطط الموضوع والتي يمكن إيجادها في [الدليل الأساسي: بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة، ٢٠١٨، ص ٧٨](#).

## موضوع الاستقصاء: كل شيء عني - البقاء بصحة جيدة



**الخطوة الثانية:** فكرت في بيئة غرفة الصف وكيفية تقديم الدعم في جميع مجالات الاهتمام (خريطة غرفة الصف مع أمثلة للأنشطة لكل منها - الأوصاف + الصور باستخدام القالب الخاص بمراكز غرفة الصف).

### البيئة الصفية التعليمية



#### منطقة الفن والإدراك الحسي:

- مواد الرسم والتلوين.
- مجموعة متنوعة من الورق والخيوط والأزرار والغراء والمقص.
- الصلصال والعجين الخاص باللعب ومواد أخرى لصنع كائنات ثلاثية الأبعاد.

#### منطقة المكعبات:

- كتل مكعبات وكتل كبيرة مجوفة للبناء والتكديس.
- مواد بناء السلاسل والجسور والأنفاق.
- حافظات ورق لرسم المخططات.

#### منطقة اللعب الدرامي:

- دعائم لدعم موضوع مكتب الطبيب.
- مواد التدبير المنزلي الموجودة في المنازل السعودية التقليدية.

#### العمليات المعرفية / الإدراكية:

- كتل صغيرة متشابكة (ليجو) وكتل طاولة.
- مجموعات التوصيل (قضبان بأطوال مختلفة وموصلات).
- بطاقات الفرز - أنواع الطعام وأجزاء الجسم.
- الأحاجي.



## منطقة القراءة والكتابة والاستماع:

- كتب متنوعة أيضًا في الحجم والملمس عن الجسم وأعضائه ودواسه، وكتب عن الطعام والحدايق. زيارة الطبيب، ... إلخ.
- مساحة للكتابة خاصة بالأطفال للقيام بالكتابة أو الإملاء وتوضيح قصصهم الخاصة.
- حروف مغناطيسية، حروف ورق زجاج، مخطط الحروف الأبجدية.

## منطقة اللعب بالخارج:

- معدات تطوير العضلات الكبرى: هيكل التسلق، والمنزلاقات، والأراجيح.
- ألعاب بعجلات للركوب والدفع والسحب.
- معدات وألعاب لدعم الرمي والركل (كرات بأحجام مختلفة، حاويات للتصويب).
- معدات وألعاب لدعم التوازن والاستقرار (منحدرات، عوارض، كتل كبيرة).

**الخطوة الثالثة:** بعد ذلك، تفكر المعلمة في جدولها اليومي وفي الطرق التي يمكنها من خلالها تقديم الفرص للأطفال على مدار اليوم.

## الجدول اليومي

دعم الصحة والتطور البدني	الروتين اليومي
<p>◀ صور الأطفال وأسرهم.</p> <p>◀ محطة استكشافية مع صور للأطعمة والحدايق وكذلك أمثلة للفواكه والخضروات الحقيقية.</p>	الوصول
<p>◀ قراءة كتب عن الحفاظ على الصحة والحواس (كتب عن العيون والأنف واليدين والقدمين)، وهناك عدد من كتب الأطفال مثل: كتاب الأنف وكتاب العين التي تقدم رسوماً توضيحية وأوصافاً مفهومة لما يمكن للأطفال القيام به بأعينهم وأنوفهم... وما إلى ذلك.</p> <p>◀ ناقشي الكتب مع الأطفال لإنشاء قائمة بالاهتمامات أو الأسئلة التي قد تكون لديهم (واستخدمها للتخطيط لتجارب إضافية).</p> <p>◀ ناقشي تجارب الأطفال حول زيارة الطبيب أو طبيب الأسنان. ثم أنشئي مخططاً يسرد ما يعرفونه وما يؤثر اهتمامهم.</p>	الحلقة الصباحية

دعم الصحة والتطور البدني	الروتين اليومي
<p>﴿ مسرجية درامية: موضوع الطبيب أو طبيب الأسنان وتوافر الأدوات التي تستخدم في التمثيل (سترات بيضاء وسماعة طبية وورق وأقلام رصاص لتدوين الملاحظات.</p> <p>﴿ منطقة الفن: مواد لصنع الأقنعة أو ملصقات الوجه (ورق، فيوط، أزرار، قصاصات قماش) الحامل، والفرش، والدهانات؛ لصنع صور ذاتية. علامات، أقلام رصاص كبيرة، أوراق؛ لتوضيح القصص وممارسة الكتابة.</p> <p>﴿ مجال العلوم: مجموعات من المواد الطبيعية للاستكشاف بالحواس باستخدام الأدوات أو الفرز.</p> <p>﴿ أعدي مضمراً لمهارات عملية؛ حيث يمارس الأطفال مهارات الحياة الحقيقية، مثل: تلميع الأحذية وغسل الأطباق وغسل ملابس الأطفال والتعليق والصب والغرف.</p> <p>﴿ اللعب في الخارج: معدات لتشجيع المهارات الحركية الإجمالية الموجهة للأطفال: هياكل التسلق، والأراجيح، والمنحدرات، والعوارض... إلخ.</p> <p>﴿ مكعبات كبيرة ومواد أخرى للأطفال لبناء مسار عقبة.</p> <p>﴿ توفير مساحة وأدوات الزراعة.</p>	<p>مراكز التعلم وأنشطة المجموعات الصغيرة في الخارج</p>
<p>﴿ استخدام وقت الوجبات لمناقشة إعداد الأطعمة وتجهيزها.</p>	<p>وقت الوجبة</p>
<p>﴿ جهزي وقت قراءة الكتاب من الحلقة الصباحية ووسعي المناقشة والأسئلة؛ لتحديد التعلم الجديد أو مجالات الاهتمام التي ظهرت خلال اليوم.</p>	<p>القراءة بصوت عالٍ والحلقة الختامية</p>
<p>﴿ توفير فرص على مدار اليوم للأطفال للتنقل بحرية في الداخل والخارج.</p> <p>﴿ التأكد من وجود مجموعة متنوعة من الأدوات التي تستوعب مستويات مختلفة من التطور في التأزر بين اليد والعين وقوة اليد والأصابع.</p>	<p>طوال اليوم</p>

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٢) الخاصة بمقياس الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من عمر ٣-٦ سنوات).



## إرشادات للمعلمة

### السؤال: ما هي "منطقة التحري"؟

**الجواب:** منطقة التحري هي مكان في غرفة الصف يتم فيها تغيير العروض والمواد لدعوة الأطفال للقيام باستكشاف عملي مفتوح للمواد والموارد، وفيها يتم استخدام طاولة طويلة منخفضة يمكن للأطفال تحريكها بسهولة واستخدام المواد بشكل أفضل. إن محطة الاستكشاف مكان جيد للأطفال تسهم بشكل فعال في تنمية عدد من مهارات العضلات الصغرى من خلال ما يسمى بـ "العَبَث بالمواد" وفيما يلي شرح لما يحدث عندما "يعبث الأطفال بالمواد":

◀ **المرحلة الأولى: استكشاف الأفكار أو المواد.** وفي خلال هذه المرحلة، يستكشف الأطفال المواد التي تكون عرضة لتفسيرها بشكل مختلف حسب رؤية من يستكشف هذه المواد. وفي ذلك الوقت تقوم المعلمة بالمراقبة والسماع لهذه التفسيرات المختلفة.

◀ **المرحلة الثانية: خلق المعنى.** حيث يقوم الأطفال بتحديد وتفسير وتعريف الأفكار أو المواد عن طريق ملاحظاتهم للمواد وطرح أسئلة دقيقة من المعلمة للأطفال حتى يتوصلوا إلى معرفة بطبيعة المواد قيد الاستكشاف. (قد يستكشف الطفل احتمالات متعددة في هذه المرحلة).

◀ **المرحلة الثالثة: التساؤلات.** يقوم فيها الأطفال والمعلمات بتبادل الأفكار والتفكير في أنشطتهم.

هذه الدورة من خلال هذه المراحل الثلاث تنتج من الفضول الطبيعي عند الأطفال لمعرفة الأشياء، وتوضح أهمية التفكير الإبداعي والاستكشاف بغرض التعلم.

(Isbell & Yoshizawa, 2016)

**الخطوة الرابعة:** أخيرًا، تُراجع المعلمة **معايير التعلم المبكر النمائية** وتفكر في كيف يمكن لتفاعلاتها اليومية مع الأطفال أن تدعم معيار الصحة والتطور البدني.

## تطبيق معايير التعلم المبكر النمائية لمعيار الصحة والتطور البدني

### الصحة والسلامة:

#### ١,١ الصحة:

المؤشر ٣ سنوات	دور المعلمة	المؤشر ٤ سنوات	دور المعلمة
بالبدء بممارسة مهارات العناية بأنفسهم.	دعم الأطفال الذين يمارسون مهارات المساعدة الذاتية (الاستقلالية)	بممارسة مهارات العناية بأنفسهم بمفردهم.	جعل المواد والإمدادات في متناول الأطفال لاستخدامها بمفردهم (الصابون والمناشف وما إلى ذلك لغسل اليدين).
بالعناية بنظافتهم الشخصية بمساعدة محدودة.	مساعدة الأطفال على تنفيذ الخطوات اللازمة لاستخدام المراض.	بالعناية بنظافتهم الشخصية.	مراقبة الأطفال في أثناء قيامهم بإجراءات العناية الشخصية والقيام بالدعم اللازم لهم.
بالبدء بإظهار وعيهم بالممارسات التي تقي من الأمراض المعدية.	تشجيع الأطفال على غسل أيديهم بعد الأنشطة الفوضوية وقبل وجبات الطعام وبعد استخدام المراض.	بتوظيف الممارسات التي تقي من انتشار الأمراض المعدية.	التأكد من وصول الأطفال إلى الموارد (مثل: المناديل الورقية... وما إلى ذلك)، دعي الأطفال يعرفون أنك تقدرين جهودهم (مثل: تغطية أفواههم عند السعال).
بالبدء بالقيام بأنشطة صحة الفم بمساعدة محدودة.	مساعدة الأطفال في القيام بإجراءات تفريش الأسنان وتقديم توضيحات للأطفال وهم يقومون بتنظيف أسنانهم.	بإنشطة صحة الفم بمزيد من الاستقلالية.	التأكد من أن فرش الأسنان ومصدر المياه والأكواب البلاستيكية أو الورقية في متناول الأطفال لاستخدامها بمفردهم.

المؤشر ٣ سنوات	دور المعلمة	المؤشر ٤ سنوات	دور المعلمة
إظهار معرفتهم بأنواع الأطعمة المختلفة.	مناقشة أنواع الأطعمة التي يتناولها الأطفال في أثناء الوجبات الخفيفة. وقراءة الكتب الخاصة بأنواع مختلفة من الطعام ومناقشتها مع الأطفال. وعرض صور للطعام في منطقة الوجبات الخفيفة.	إظهار معرفتهم ببعض أنواع الأطعمة الصحية. تصنيف صور الأطعمة الصحية.	إشراك الأطفال في مناقشات أو ألعاب تصنيف صور الأطعمة الصحية.
إظهار معرفتهم ببعض أعضاء الجسم الخارجية.	مساعدة الأطفال في التعبير عن وعيهم من خلال المحاكاة واستخدام المصطلحات الصحيحة.	إظهار وعيهم بالجوع والعطش.	مراقبة الأطفال؛ لملاحظة قدرتهم على إظهار الوعي من خلال الكلمات والأفعال.
إظهار المعرفة ببعض أجزاء الجسم الخارجية.	القيام بممارسة الألعاب وقراءة الكتب؛ لمساعدة الأطفال في التعرف على أجزاء الجسم.	إظهار معرفتهم ببعض أجزاء الجسم الداخلية.	اقرئي كتيبًا مثل: "الفراشة الجائعة"، وناقشيها معهم.
	إشراك الأطفال في نشاط معرفة وتتبع أعضاء الجسم، وتحفيز الأطفال على تزيين أجزاء الجسم وتسميتها (تتبع الجسم). - قومي بتوجيه الأطفال إلى الاستلقاء على ظهورهم على ورقة كبيرة. - تتبع الخطوط العريضة لكل طفل لإنشاء مخطط بالحجم الطبيعي).		
		إظهار معرفتهم ببعض أجزاء الجسم الداخلية.	استخدمي الكتب والملصقات مع الأطفال لتشجيعهم على تسمية بعض أجزاء الجسم الداخلية والتحدث عنها.

## ١,٢ السلامة:

المؤشر ٣ سنوات	دور المعلمة	المؤشر ٤ سنوات	دور المعلمة
باتباع قواعد السلامة بمساعدة وتوجيه من الكبار.	مناقشة ونشر الصور الخاصة بقواعد السلامة	باتباع قواعد السلامة بمساعدة وتوجيه محدود من الكبار.	تقديم تذكيرات ومناقشة قواعد السلامة الخاصة بالتسلق والجري في الداخل والخارج
بالبدء بإظهار وعي بحالات الطوارئ.	اطلبي من الأطفال في أثناء المجموعة أو بشكل فردي أن يصفوا ما يمكن أن يفعله في حالات الطوارئ المختلفة.	بالبدء بإظهار تصرفات مناسبة لحالات الطوارئ.	القيام بإجراء تدريبات على الحرائق أو غيرها من الأنشطة المصممة لإعداد الأطفال لمعرفة ما يجب فعله في أثناء الطوارئ. مراقبة الأطفال لتحديد ما إذا كانوا بحاجة إلى مزيد من المساعدة.
بالبدء بإظهار وعيهم بالأخطار والسلوكيات الخطرة.	القيام بجولة حول غرفة الصف مع الأطفال للإشارة إلى المخاطر ومناقشة السلوكيات الخطرة.	ببدء إجراءاتهم الخاصة بالسلامة.	كجزء من مناقشة جماعية كبيرة، اطلبي من الأطفال أن يوضحوا كيف سيسجبيون لحالات الطوارئ التي يتعرضون لها. راقبي وتعرفي على الأطفال القادرين على بدء الإجراءات بمفردهم في حالات الطوارئ.
		فيظهرون وعيًا بالأخطار الموجودة في البيئة والتي يجب تجنبها مثل: مقابس الكهرباء والأرضيات الزلقة.	راقبي استجابة الأطفال لمخاطر الصف الشائعة مثل: المياه المنسكبة على الأرض، والفرص المتاحة على مدار اليوم للإشارة إلى المخاطر المحتملة وكيفية تجنبها.

## التطور البدني:

### ٢,١ تطور العضلات الكبرى:

المؤشر ٣ سنوات	دور المعلمة	المؤشر ٤ سنوات	دور المعلمة
إظهار قدرة في التحكم والتوافق بين العضلات الكبرى.	مناقشة أو قراءة الكتب الخاصة بالمهارات البدنية والتمارين الرياضية وإطليبي من الأطفال التظاهر.	إظهار مزيد من التحكم والتوافق من خلال حركة مجموعة متنوعة من العضلات الكبرى.	الاستمرار في توفير عدد من المعدات لدعم الأنشطة التي يبدأها الطفل، وكذلك التخطيط لتمرين أو ألعاب محددة؛ لبناء مهارات محددة.
التعامل مع الأشياء من خلال تحريك العضلات الكبرى.	توفير الكرات والأطواق وأدوات الحديقة للعب الموجه للأطفال. تستهدف حركات عضلية محددة.	التعامل مع الأشياء من خلال حركات العضلات الكبرى.	توفير الكرات والأطواق وأدوات الحديقة للعب الموجه للأطفال. تستهدف حركات عضلية محددة.
إظهار توازن وثبات في العضلات الكبرى.	القيام بألعاب (مثل: اتباع القائد) أو بناء دورات تدريبية حول تخطي العوائق، ومساعدة الأطفال على تسمية أجزاء الجسم التي يستخدمونها والإجراءات التي يقومون بها. ثم قومي بتغيير التحدي بناءً على ملاحظة مستوى المهارة.	إظهار مزيد من التوازن والثبات في العضلات الكبرى.	القيام بألعاب (مثل: اتباع القائد) أو بناء دورات تدريبية حول تخطي العوائق، ومساعدة الأطفال على تسمية أجزاء الجسم التي يستخدمونها والإجراءات التي يقومون بها.

## التطور البدني:

### ٢,٢ تطور العضلات الصغرى:

المؤشر ٣ سنوات	دور المعلمة	المؤشر ٤ سنوات	دور المعلمة
إظهار التحكم والتوافق في العضلات الصغرى باستخدام الأشياء أو بدون استخدامها.	إشراك الأطفال في عمل بصمات أيدي أو أقدم بالطلاء على أوراق كبيرة.	إظهار التحكم والتوافق في العضلات الصغرى بمزيد من الدقة والقوة.	توفير مواد الكتابة والمقص ومجموعة متنوعة من الأدوات، مثل: الليغو، والأدوات المنزلية مثل: الأقفال والمفاتيح التي تتطلب حركات باستخدام العضلات الصغرى.

المؤشر ٣ سنوات	دور المعلمة	المؤشر ٤ سنوات	دور المعلمة
إظهار توافق حركي بصري باستخدام مجموعة العضلات الصغرى وأجسام كبيرة.	توفير مواد (مثل: خرز أو ألعاب البزل) ليستخدامها الأطفال لإظهار مهارات جديدة، ومراقبة الأطفال لتحديد أيّ منهم يحتاج إلى مساعدة إضافية.	إظهار توافق حركي - بصري باستخدام مجموعة العضلات الصغرى.	دعوة الأطفال لكتابة أو عمل كتب عن الأطعمة المفضلة لديهم أو أنشطة اللعب التي يحبونها.

## إرشادات للمعلمة

- ◀ توفير الوقت والمساحة الكافية للأطفال لممارسة النشاط البدني.
  - ◀ توفير معدات لعب آمنة وصيانتها جيداً لممارسة النشاط البدني.
  - ◀ تزويد الأطفال بمجموعة متنوعة من الأنشطة البدنية، بما في ذلك دمج النشاط البدني في المجالات الأكاديمية الأخرى في اليوم، مثل: العلوم والرياضيات.
  - ◀ توفير الفرص للأطفال لممارسة الروتين الصحي، مثل: تنظيف أسنانهم وغسل أيديهم، وتوفير التوجيه للأطفال والإقرار بإنجازاتهم وهم يتعلمون هذه الأعمال الروتينية.
- (معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية أطفال عمر ٣-٦ سنوات، ٢٠١٥، ١٧٣).

### الممارسة الرابعة

## حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر

(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٩-٤٠).

### هل تعلمين؟

أن الطبيعة عالم يزخر بالخبرات المختلفة، والأطفال مفتونون بالعالم الطبيعي، لذا يمكنك استغلال هذه الخبرات في تعزيز تعلم الأطفال داخل غرفة الصف وخارجها. وتُظهر الأبحاث أن تجارب التعلم في الهواء الطلق لا تؤثر بشكل إيجابي على النمو البدني للأطفال فحسب، بل تُساهم بشكلٍ فعّالٍ على الأداء العلمي للأطفال وتفاعلهم مع الأقران والسلامة النفسية لهم. وبالنظر إلى هذه الفوائد، يجب أن يكون للتعلم في الهواء الطلق أولوية في برنامج مرحلة ما قبل المدرسة الخاص بك.

(Deaver & Wright, 2018).



إرشادات  
المعلمة





## مصادر المعلمة

فيما يلي وصف لنهج إحدى المعلمات لدمج النمو البدني في موضوع كامل يختص باستقصاء الطفل عن النمل!

**"لتوسيع نطاق تعلم الأطفال عن منازل الحشرات:** رتبت المعلمة فاطمة وقتًا جماعيًا في الهواء الطلق للأطفال لكي يتسنى لهم وضع خطط لبناء عش النمل في أرضية مكان اللعب. بعد ذلك، قررت المعلمة أن تأخذ هذه الفكرة إلى أبعد من ذلك، فهي تجمع مجموعة متنوعة من الصناديق الكرتونية لإضافتها إلى منطقة اللعب الكبيرة في الهواء الطلق، معتقدة أن الأطفال سيستمتعون - وسيواجهون تحديًا- من خلال بناء مزرعة نملة بحجم طفل عن طريق استخدام الصناديق والمواد الأخرى المتوفرة بالفعل في أرضية مكان اللعب. وتعتقد المعلمة أن هذا التوجه سيدعم المناقشات حول أهمية التعاون بين الأطفال وسيمكّن الأطفال من استخدام المعلومات من الكتب ومقاطع الفيديو ذات الصلة لتوجيه خطتهم في عملية بناء عش النمل.

**في نهاية الأسبوع:** تجمع المعلمة فاطمة نظارات مكبرة للأطفال لاستخدامها في صيد النمل في جميع أنحاء أرضية مكان اللعب، بالإضافة إلى أدوات الورق والكتابة؛ حتى يتمكن الأطفال من توثيق ملاحظاتهم. كما أنها أقامت مزرعة للنمل في غرفة الصف (باستخدام مجموعة من النمل قامت بشرائها) وتضيف إليها النمل الحي الذي قام الأطفال بجمعه. ثم تضع المعلمة مخططًا بجانب المزرعة حتى يتمكن الأطفال من توقع عدد الأنفاق التي سيبنها النمل. ويستخدم الأطفال العدسات المكبرة لمراقبة المخلوقات عن كُتب.

**عند التفكير في الأسبوع المخصص للنمل:** شعرت المعلمة أماني أنها تعلمت هي والأطفال الكثير من المعلومات بطريقة مريحة وممتعة. لقد نجحت المعلمة في إشراك الأطفال في تعلم بعض محتويات العلوم التأسيسية ومتابعة اهتماماتهم. وتضمنت مفاتيح هذا النجاح التخطيط لقيام الأطفال باستخدام طرق متنوعة للاستكشاف والحصول على بعض المعارف واكتساب بعض المهارات الأساسية، واغتنام الفرص التي تنشأ بشكل طبيعي لجعل الأطفال يناقشون أهمية أن يكونوا طبيين لبقين في أثناء عملهم معًا، ومساعدة الأطفال على رؤية أن النمل تعمل بشكل تعاوني أيضًا لبناء منازلها، وخلق توازن بين النشاط والهدوء في العمل. كانت المعلمة فاطمة سعيدة أيضًا لأنها، قبل تقديم التركيز الموسع على النمل، قامت بدمج المواد المثيرة لفضول الأطفال في مراكز مختلفة، وهي بذلك مهدت الطريق للأطفال من أجل تعلم وسائل متعددة للاستكشاف من خلال الأنشطة الموجهة واللعب الحر.

**كانت المعلمة فاطمة** تولي اهتمامًا بالغًا لتنمية مدارك الطفل كاملة في أثناء تخطيطها؛ لقد وفرت المعلمة طرقًا مختلفة للأطفال للمشاركة وساعدها ذلك أيضًا على تحقيق مجموعة متنوعة من الأهداف التعليمية المرجوة. وفيما يلي ملخص لكيفية دعم موضوع الاستقصاء الخاص بالنمو البدني:

**نظرًا لقيود المساحة الداخلية** في معظم إعدادات التعليم المبكر: يتم تسهيل تطوير مهارات العضلات الكبرى: مثل: الجري والقفز والموازنة والتسلق والركل والرمي والالتقاط - في أغلب الأحيان- في الخارج. ويعد العالم الطبيعي أيضًا مكانًا رائعًا لتطور مهارات العضلات الصغرى، حيث يقوم الأطفال بجمع الأشياء

الطبيعية والحفر والبناء والمشاركة في اللعب بالأشياء الملموسة. ويتطلب لعب الأطفال بمجموعة متنوعة من العناصر الطبيعية - بما في ذلك النباتات واللحاء والحصى والعشب والمياه وقطع من سعف النخل والنشارة والطين - قدرًا كبيرًا من التنسيق عند استخدام الأيدي والأصابع الصغيرة.

**تدعم المعلمات التطور البدني في الملعب الخارجي من خلال التفاعل مع الأطفال وترتيب البيئة وتنظيم الأنشطة التفاعلية.** غالبًا ما يكون من الصعب التنبؤ بما سيتخيله الأطفال عند اللعب في الملعب الخارجي، ولكن المعلمة المتمكنة بإمكانها تعزيز تعلمهم. على سبيل المثال: كانت الأطواق متاحة في الملعب لصف ما قبل المدرسة الذي كان يدرس موضوع العربات. التقطت طفلة طوقًا حول بطنها وقامت بتمثيل أنها سيارة، ثم قلدت المعلمة سلوكها ووسعت الفكرة لتصبح سيارة أجرة. تحوّل أطفال آخرون إلى سياراتهم الخاصة بهم أو أصبح بعضهم مشاة يتناوبون بين المشي وركوب سيارات الأجرة لتقلهم إلى أقسام أخرى في الملعب.

**وبدعم من المعلمة، توسع موضوع اللعب وانخرط فيه العديد من الأطفال، فاستخدموا مهارة العضلات الكبرى عن طريق استخدام أطواق "الهولا هوب" لكي يصبحوا "سيارات":** مما عزز نموهم البدني وهم يدورون حول الهياكل الموجودة في أرضية مكان اللعب، ويحاكون قيادة السيارة في جميع أنحاء أرضية مكان اللعب. لذا يجب أن تحتوى أرضية مكان اللعب على العديد من المواد للاختيار من بينها، ومن الضروري أن تسمح المعلمة بوقت كافٍ للأطفال للتعامل مع المواد بطريقتهم الخاصة، وتلعب المعلمات جنبًا إلى جنب مع الأطفال لتعزيز الإثارة والمتعة وتشجيع الأطفال على تطوير المهارات البدنية".

(Deaver and Wright 2018)

### لحظة تأمل

- < فكّري في الأنشطة البدنية التي شاركت فيها عندما كنت طفلة؟
- < فكّري في مستوى نشاطك كطفلة ومستوى نشاطك الآن، كنت تتمتعين بحيوية ونشاط دائمين؟ وهل كنت أكثر سعادة عند قيامك بنشاط أقل؟
- < ما مدى الأهمية التي توليها للحفاظ على برنامج التمارين البدنية الخاص بك في حياتك اليومية؟
- < كيف تصفين الطرق التي تقومين فيها ببيان العادات الصحية الجيدة وعادات ممارسة الرياضة في صفك؟

## تطبيق معيار الصحة والتطور البدني لمرحلة أطفال الروضة (من ٤-٦ سنوات)

”ينبهر الأطفال في مرحلة الروضة بمعرفة ما يمكن أن يفعله بأجسادهم: مدى السرعة التي يمكنهم الجري بها، ومستوى ارتفاعهم في القفز، ومدى قدرتهم على الحركة بمهارة. لقد أصبحوا يتحركون بطرق أكثر تطوراً، ولهم قدرة أكبر على التنسيق في مساعيهم البدنية، وازدادت كفاءتهم في المهارات البدنية مثل القدرة على تحقيق التوازن والتأزر بين العين واليد.“



(Copple et al., 2014, 23).

**السؤال: ماذا تفعل المعلمات المهنيات لتطبيق الصحة والتطور البدني في المناهج الدراسية لمرحلة الروضة (من ٤-٦ سنوات)؟**

**الجواب:** يمكن للمعلمات المهنيات اتباع أفضل الممارسات المهمة الآتية:

### الممارسة الأولى

**وعي المعلمات المهنيات بمبادئ النمو والتطور لدى الطفل، والطريقة التي يمكن من خلالها دعم تعلمه.**

إن المعلمات المهنيات يفهمن طبيعة أطفال الروضة والأمور التي يتعلمونها.

## تصف المعايير النمائية للتعلم المبكر المهارات الأساسية والمعرفة المتضمنة في الصحة والتطور البدني والتي تشمل ما يلي:

◀ **الصحة والسلامة:** تركز الصحة على تطوير الممارسات الصحية التي تساعد على خلو الأطفال من الأمراض والمشاكل الصحية الناتجة عن سوء التغذية. وبمساعدة الأطفال على تطوير ممارسات النظافة الجيدة، والاهتمام بصحة الفم، والتغذية السليمة، وسبل الراحة، ومعرفة وظائف الجسم الأساسية، يتمكن الأطفال من تعلم تحمل المسؤولية تجاه العناية بصحتهم خلال فترة نموهم.

تركز السلامة على المعارف والممارسات التي تساعد الأطفال على الوقاية من الإصابات وتوفير سبل السلامة في البيئات المألوفة وغير المألوفة. تشمل النقاط المحورية الرئيسة ما يلي:

- النظافة وصحة الفم.
- التغذية.
- معرفة الجسم.
- الوقاية من الإصابة.
- السلامة الشخصية.

◀ **التطور البدني والحركي:** يتناول هذا المسار نمو الطفل وقدرته على تحريك جسمه بمزيد من التحكم والتناسق. قد تظهر الكثير من الاختلافات بين الأطفال الصغار جداً في نموهم البدني، حيث يتطلب النمو المتسارع من الأطفال التكيف باستمرار مع حجم أجسامهم وأوزانهم المتزايدة. وعلى الرغم من هذا التباين، فإن الأبحاث تشير إلى أن الانسان يتطور بدنياً على نحو يمكن التنبؤ به، فمثلاً: يجلس الأطفال قبل أن يقفوا، ويقفون قبل أن يمشوا. وعند بلوغ الأطفال إلى السن المبكرة للمدرسة (3 - 4 سنوات) تبدأ أجسامهم بالنمو بوتيرة أكثر ثباتاً ويصبحون أكثر كفاءة في أداء المهارات الحركية.

تشمل النقاط المحورية ما يلي:

- التطور الحركي للعضلات الكبرى.
- التطور الحركي للعضلات الصغرى.
- التأزر واللاتزان.

(معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية أطفال عمر ٣-٦ سنوات، ٢٠١٥، ١٥٤).

## السؤال: ما المهام الرئيسية لدعم معيار الصحة والنمو البدني التي يقوم بها أطفال الروضة (من عمر ٤-٦ سنوات)؟

الجواب: المهام الرئيسية تتمثل في الآتي:

◀ تنمية العضلات الكبرى بما في ذلك:

- الجري بسلاسة وتغيير الاتجاهات بسرعة.
- استخدام العديد من حركات الجسم في الأنشطة، مثل: الرمي والالتقاط والركل.
- تحسين المهارات الحركية (المشي والجري)، والتحرك للأمام والخلف بعدد من الأنماط.
- اتباع أوامر الحركة.
- إظهار فهم الحركة البطيئة والسريعة.
- تحسين التوازن.

◀ تنمية العضلات الصغرى بما في ذلك:

- التحكم في اليدين والأصابع.
- إتقان المهام التي تتطلب الدقة والصبر والتفاصيل والتنسيق، مثل: الكتابة والرسم والقص.
- تحسين المهارات في فرز ومعالجة الأشياء الصغيرة.

◀ تطوير إجراءات العناية الشخصية والسلوك الصحي بما في ذلك:

- زيادة القدرة على المشاركة في إجراءات الرعاية الذاتية، وارتداء الملابس وغسل اليدين واستخدام المراض... وما إلى ذلك.
- زيادة القدرة على المشاركة في الأنشطة الروتينية، مثل: تجهيز الطاولة، وكسب الأرضيات، وتقديم الطعام، ... وما إلى ذلك.
- إبداء الاهتمام بالعناية بغرفة الصف والبيئة المحيطة.
- زيادة فهم الأطعمة الصحية والنشاط البدني.

## إرشادات للمعلمة

تُعد الكتابة مجالًا مهمًا بشكل خاص لتطوير مهارات العضلات الصغرى للأطفال في مرحلة الروضة (من ٤-٦ سنوات)، حيث يطور الأطفال اهتمامًا متزايدًا بالتواصل من خلال التعبير الكتابي. وفي عمر الخامسة، يكون العديد من الأطفال قد أتقنوا السيطرة على الكتابة والرسم، وهذا يُعدُّ عنصرًا وصفة مميزة! (Copple et al., 2014, 24).

تعزز المعلمات المهنيات نمو الأطفال نمائياً: [إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠](#).



إرشادات  
المعلمة

## السؤال: ماذا يمكنني أن أفعل لمساعدة الأطفال في مرحلة الروضة من عمر (4-6) سنوات على إنجاز مهام معيار الصحة والنمو البدني؟

الجواب: إليك ما يمكنك فعله:

- توفير العديد من الفرص لممارسة النشاط البدني على مدار اليوم (في الداخل والخارج).
- تخطيط الخبرات الحركية.
- تنظيم الأنشطة البدنية التي تقدم مجموعة من المهارات الحركية.
- توفير الوقت والمساحة والمعدات لممارسة تلك المهارات الحركية.
- موازنة أنشطة اللعب المفتوح بأنشطة تطوير المهارات الحركية المنظمة.
- التواجد بالقرب من الأطفال بشكل دائم؛ لأن الأطفال في مرحلة الروضة (من 4-6 سنوات) يتعرضون لمخاطر أقل عندما يشعرون بوجود الكبار قريبين منهم.

(Copple et al., 2014; Epstein, 2014).

## إرشادات للمعلمة



إرشادات  
المعلمة

في معظم الأوقات تولي معلمات الأطفال في المراحل المبكرة أهمية لتعلم الأطفال عن أجسامهم من خلال اللعب والتواجد في الهواء الطلق، ولمعرفتهم بحالة النمو البدني، تدرك المعلمات مدى احتياج الأطفال أيضًا إلى التعلم من خلال الإرشادات والتوجيهات: فهم لا يطورون المهارات البدنية والحركية من خلال اللعب وحده. بل يجب على المعلمات في مرحلة الروضة (من عمر 4-6 سنوات) تعليم المهارات البدنية الأساسية، وتوفير الفرص القائمة على اللعب حتى يتمكن الأطفال من التجربة والإبداع في المهارات التي يتعلمونها (Copple et al., 2014, 25).

## السؤال: ماذا عليّ أن أفعل لخلق بيئة تعليمية تدعم معيار الصحة والنمو البدني للأطفال في مرحلة الروضة (من عمر 4 - 6 سنوات)؟

الجواب: إليك ما يمكنك فعله:

- توفير فرص لتنمية مهارات العضلات الصغرى من خلال الأنشطة الصفية واستخدام المواد من أجل:
- الكتابة.
- الرسم.
- التلوين.
- القص بالمقص.
- حل الأحاجي.
- استخدام الصلصال.
- ألعاب الفك والتركيب.
- البناء بقطع المكعبات.
- الفرز والتصنيف.
- القيام بإجراءات العناية الذاتية مثل: قفل أزرار الملابس، وسحب سحابات الملابس.

◀ توفير الفرص لتطوير مهارات العضلات الكبرى من خلال أنشطة غرف الصف والأنشطة الخارجية واستخدام المواد.

- الجري.
- القفز.
- التجاوز.
- الرمي.
- الالتقاط.
- الركل.
- التسلق.
- التوازن.
- الحمل والرفع.
- ركوب وتجول.

## إرشادات للمعلمة

دور معلمات أطفال الروضة (من عمر ٤-٦ سنوات) في التربية البدنية هو خلق بيئات إيجابية وقائمة على النجاح يمكن للأطفال من خلالها تطوير المهارات الحركية الأساسية ومن خلال الأنشطة القائمة على اللعب. يمكن للمعلمة إنشاء بيئة تضمن الآتي:

- ◀ الأنشطة البدنية في داخل غرفة الصف وخارجها مع وجود مساحة كافية للأطفال للتنقل بحرية وأمان دون الاصطدام ببعضهم.
- ◀ توفير الفرص الملائمة للحصول على تعليم يومي عالي الجودة للحركة مع متسع من الوقت للتدريب.
- ◀ كمية مناسبة وكافية من المعدات بحيث يستفيد كل طفل بصورة قصوى من مشاركته.

### الممارسة الثانية

**توظيف المعلمات المهنيات لمعارفهنّ حول تطور الطفل، والبناء على هذه المعارف من أجل خلق فرص تعليمية لكل طفل في المجموعة.**

تلاحظ المعلمات المهنيات وتوثق تعلم وسلوكيات الأطفال. (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٣٩).

#### تبدأ عملية تخطيط المنهج بالملاحظة والتوثيق والتأمل.

يبدأ تخطيط مناهج الأطفال الرضع/ الفطم بقيام المعلمات بالاستكشاف، من خلال الاستماع والمراقبة الدقيقة، لنمو كل طفل. وفي هذا الصدد يجب التنويه على أن الملاحظة هي مهارة أساسية في عملية التعليم. فعندما تتعهد المعلمات بملاحظة الأطفال بعناية، فستقوم المعلمات باستكشاف كيف يقوم الأطفال بشكل فردي بالاكشاف وإيجاد معنى مرتبط بكل لحظات اللعب والتفاعل اليومية التي يعيشها الأطفال

(California Department of Education, 2012, 26).



إرشادات  
للمعلمة



## إرشادات للمعلمة

التوثيق جزء مهم من عملية المراقبة. فالوثائق المستندة على الملاحظة تساعد المعلمات على التخطيط لأفضل الممارسات التالية في مراحل تعلم الطفل. إن التوثيق يوجّه بوضوح على تخطيط المناهج الدراسية؛ حيث إن المعلمات يستطعن التنبؤ بما يمكن للطفل فعله، وفيما يلي بعض الطرق التي يمكنك من خلالها توثيق عملية التعلم:

- ◀ استخدام السجلات المكتوبة لما تقومين برؤيته وسماعه (تحمل بعض المعلمات بطاقات الملاحظات أو الملاحظات اللاصقة معهن لتسجيل الملاحظات في "أثناء حدوثها").
- ◀ دعم السجلات المكتوبة بالصور الثابتة وتسجيلات الفيديو لالتقاط حدث أو سلسلة من الأحداث اليومية.

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٤) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من عمر ٣-٦ سنوات).



## إرشادات للمعلمة

في مجال التربية البدنية يوصى بأن يتضمن منهج الروضة (من عمر ٤-٦ سنوات) مهارات محددة. وهذه المهارات هي التي تضمن تعلم الحركات الفعلية التي يحتاج الأطفال إلى تطويرها وتعلمها. وهناك ثلاث فئات رئيسية من هذه المهارات يمكن للمعلمة استخدامها: الملاحظة والتوثيق لتتبعها: المهارات الحركية، ومهارات الثبات، ومهارات التحكم.



## أدوات المعلمة

مراقبة مهارات الحركة لمرحلة أطفال روضة (من عمر ٤-٦ سنوات)

◀ **المهارات الحركية:** يتحرك الجسم أفقيًا ورأسياً

- المشي
- الجري
- القفز
- الوثب بالحبل
- العدو بسرعة
- الانزلاق
- القفز
- التسلق
- الزحف
- المطاردة
- الهروب



◀ **مهارات الثبات:** يبقى الجسم في مكان واحد ولكنه يتحرك حول محوره الأفقي أو الرأسي - ثبات أيضًا ضد قوة الجاذبية

- التحول
- الالتواء
- الانحناء
- التوقف
- الدرجة
- التوازن
- نقل الوزن
- القفز والهبوط
- الاستطالة
- التآرجح
- التمايل
- المراوغة

◀ **مهارات التحكم:** الحركة القوية التي تتضمن إعطاء القوة أو تلقيها من الأشياء (العضلات الكبرى) بالإضافة إلى مهارات العضلات الكبرى، يمكن أن يشمل هذا الموضوع أيضًا مهارات العضلات الصغرى المستخدمة للتعامل مع أشياء مثل: القطع بالمقص والكتابة والرسم وأحاجي العمل،... إلخ.

- الرمي
- الالتقاط والجمع
- الركل
- درجة الكرة
- دفع الكرة في الهواء
- الضرب بالمضارب
- الضرب بأشياء ذات مقبض طويل

(Gullo, 2006).

تقوم المعلمات المهنيات ببناء العلاقات مع المجتمع ومع أسر الأطفال. [\(إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٤٠\).](#)

## أدوات للمعلمة

### نصائح للأسر حول الصحة والتغذية في المنزل:

يمكنك استخدام اجتماعات الأسر كطريقة لمنح العائلات فكرة واقعية عن أنشطة غرفة الصف لأطفالهم، وإظهار بعض الممارسات التعليمية المهمة أيضًا. وفيما يلي مثال على كيفية مساعدة إحدى المعلمات لأولياء الأمور على تعلم قيمة التعلم النشط.

ملاحظة للمعلمة: استخدم المعلومات الآتية لعمل رسالة إخبارية أو ملصق معروض عند مدخل غرفة الصف: من موقع الجمعية الوطنية لتعليم الصغار

[NAEYC "Healthy, Fit Families"](#)



أدوات  
المعلمة

## الوالدين الأعزاء:

### هل تعلمون:

- ◀ " أن أطفالكم يحتاجون إلى تحريك أجسادهم وتناول الأطعمة الصحية. وتستطيعون تعزيز العادات الصحية المطلوبة من خلال تشجيع الأطفال على تناول الأطعمة المغذية وممارسة بعض التمارين الرياضية كل يوم. وفيما يلي بعض الاقتراحات المفيدة:
- ◀ **تناول وجبات الطعام مع الأطفال.** وذلك يمكّنكم من معرفة ما يأكله طفلكم، وبالتالي تستطيعون تصميم الخيارات المناسبة وأحجام الحصص الغذائية، وتستمتعون بالتحدث وقضاء الوقت معًا بوصفكم عائلة.
- ◀ **مساعدة طفلكم على اتخاذ خيارات صحية في مطاعم الوجبات السريعة.** والبحث عن السلطات وشرائح التفاح والجزر والحليب قليل الدسم في العبوات الملونة.
- ◀ **تقديم وجبات خفيفة ممتعة وصحية.** يفضل العديد من الأطفال الصغار الفاكهة الطازجة أو الخضروات النيئة واللبن قليل الدسم.
- ◀ **تعليم الطفل الاستماع إلى معدته.** عندما يفعل الأطفال ذلك، سيتعلمون معرفة متى يكون لديهم ما يكفي من الطعام. يستغرق الأمر من 15 - 20 دقيقة بعد تناول الطعام لمعرفة ما إذا كان الطفل جائعًا حقًا ويحتاج إلى وجبة ثانية.
- ◀ **التخطيط لحدث اختبار الذوق.** يمكن لأفراد الأسرة تذوق الأطعمة الصحية الجديدة والتصويت عليها - برغر الخضروات، والسبانخ الصغيرة، وهوت دوج الديك الرومي، والمعكرونة المصنوعة من القمح الكامل، والكيوي، والتمر، ... وما إلى ذلك، ثم يتم تضمين الجزء المفضل من الطعام ضمن قائمة الطعام العادية.
- ◀ **احتضان وتقدير الطفل من أجل الراحة والتشجيع.** يساعد هذا الإجراء البسيط الأطفال على ربط تناول الأطعمة الصحية بالعناية بأنفسهم. من المحتمل أن يكبروا ليصبحوا ناضجين ويتجنبون استخدام الطعام كمكافأة أو وسيلة للتغلب على التوتر.
- ◀ **الحد من الوقت الذي يقضيه الطفل أمام الشاشات.** بدلًا من مشاهدة التلفزيون أو اللعب على الكمبيوتر، تقوم العائلة بقضاء بعض الوقت معًا لممارسة رياضة الجري، أو ركل الكرة، أو ركوب الدراجات (أو ثلاثية العجلات)، أو الانطلاق في نزهة في الطبيعة.
- ◀ **المشي بدلًا من استعمال السيارة إلى الأماكن المجاورة،** ترك عربة الأطفال في المنزل، ركن السيارة على بعد مبانٍ قليلة من المتجر والمشي بقية الطريق، النزول من الحافلة من محطة أو محطتين بعيدًا عن الوجهة المقصودة ومشي المسافة الباقية".

(Colker, 2008).

توظيف المعلمات المهنيات للممارسات الملائمة نمائياً. (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-6 سنوات، ٢٠١٨، ٣٨-٣٩).

## الممارسات التربوية الملائمة نمائياً لدعم معيار الصحة والتطور البدني

الممارسات غير الملائمة نمائياً	الممارسات التربوية الملائمة نمائياً
<p>◀ تقديم الأطعمة ذات القيمة الغذائية المنخفضة أو المحتوية على قدر عالٍ من السكريات، أو السماح بإحضارها.</p> <p>◀ يقضي الأطفال وقتاً طويلاً جالسين ولا يمارسون الرياضة بشكل كافٍ.</p> <p>◀ فرص الأطفال لممارسة الأنشطة الخاصة بالعضلات الكبرى محدودة، ولا يوجد وقت محدد بانتظام لإلقاء تعليمات خاصة بنشاط التربية البدنية.</p> <p>◀ عدم مشاركة المعلمات في أثناء أوقات اللعب بالخارج باستثناء توفير الإشراف السطحي على النشاط.</p> <p>◀ بذل المعلمات القليل من الجهد لإشراك الأطفال الأقل نشاطاً.</p> <p>◀ عدم توفر أماكن وأجهزة مناسبة للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة لممارسة أنشطة مناسبة لتطوير قدراتهم الحركية.</p> <p>◀ احتواء مناطق النشاط البدني على معدات محدودة لممارسة النشاط.</p> <p>◀ تكلف المعلمات الأطفال بمهام صعبة للغاية خاصة بالعضلات الصغرى، أو تكلفهم بنشاط ذي مستوى عالٍ وبشكل غير واقعي.</p> <p>◀ الأدوات والخبرات والمواد الخاصة بالعضلات الصغرى لا تسمح بالتنوع الكافي لتمكين الأطفال من التطور في المستويات المختلفة بالتقدم في التأثر بين اليد والعين والتحكم في الحركة.</p> <p>◀ التكنولوجيا المساعدة غير متوفرة للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.</p> <p>◀ لتوفير الوقت وعدم حدوث الفوضى، تقوم المعلمة بأداء مهام روتينية للأطفال. ولا يمكن للأطفال الحصول على المواد حسب حاجتهم، ويقوم الأطفال بسؤال المعلمة دوماً عن هذه المواد.</p> <p>◀ تضع المعلمة الأطفال في موقف يشعرهم بالخجل، أو تظهر المعلمة الغضب عند حدوث انسكابات أو حوادث أخرى.</p>	<p>◀ تقوم المعلمات بتعريف الأطفال بالعادات الصحية في الأكل والتمارين الرياضية، ويقدمن المفاهيم الأساسية عن وظائف أعضاء الجسم والصحة البدنية.</p> <p>◀ يقضي الأطفال قليلاً من الوقت جالسين.. فهم قادرون على التحرك بحرية معظم اليوم، ولديهم الكثير من الفرص لاستخدام مهارات العضلات الكبرى.</p> <p>◀ تقوم المعلمات بتعليم الأطفال أهمية النشاط البدني والمتعة التي يتحصلون عليها من هذا النشاط، بالإضافة إلى رفع الوعي الجسدي والمكاني ومهارات الحركة الرئيسية مثل: الالتقاط والقفز والتوازن.</p> <p>◀ تدريس المهارات البدنية أمر متسلسل ويجب تكيفه مع مستويات المهارات الفردية للأطفال واحتياجاتهم الخاصة.</p> <p>◀ يتم دمج الأنشطة البدنية في خبرات التعلم المختلفة على مدار اليوم.</p> <p>◀ توفر المعلمات فرصاً طوال اليوم لتطوير مهارات العضلات الصغرى من خلال العمل باستخدام المواد المناسبة.</p> <p>◀ تساعد المعلمات -حسب الحاجة للأطفال على اكتساب المهارات من خلال دعم جهودهم في اكتساب المهارات المطلوبة.</p> <p>◀ تقوم المعلمة بإجراء التعديلات المناسبة لطبيعة احتياجات الأطفال ذوي الإعاقات الجسمية.</p> <p>◀ توفير المعلمة الفرص والدعم للأطفال لتنمية مهارات المساعدة الذاتية (الاستقلالية).</p> <p>◀ تتحلّى المعلمات بالصبر عندما يتسبب الأطفال في حوادث عرضية أو يقومون بأعمال غير مكتملة.</p>

(Copple et al., 2013).

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (١) الخاصة بمعيار الصحة والتطور البدني للأطفال من (٤-٦) سنوات في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من عمر ٣-٦ سنوات).



## إرشادات للمعلمة

على الرغم من أن الأطفال في مرحلة الروضة (من عمر ٤-٦ سنوات) لديهم فترات اهتمام أطول من الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، ويمكنهم زيادة أداء المهام الخاصة بالعضلات الصغرى مثل: الكتابة والرسم، إلا أنهم غالبًا ما يجدون صعوبة في بذل ما يلزم من الصبر والوقت والجهد. من المهم بشكل خاص تقديم أنشطة قائمة على اللعب تركز على الاهتمام بالعضلات الصغرى (ألعاب لوحية بقطع صغيرة) وفرص تعليمية مفتوحة (استكشاف مجموعات من الأشياء الصغيرة وفرزها).

### الممارسة الثالثة

#### تطبيق المعلمات المهنيات لخبرات التعلم القائمة على الاستقصاء العلمي.

تستغل المعلمات المهنيات معرفتهن بمحتوى مادة الدرس لبناء منهج ذي معنى، وتوفير فرص تعلم هادفة للأطفال ([إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات](#)، ٢٠١٨، ٣٨-٣٩).



## إرشادات للمعلمة

إن النشاط البدني أمر ضروري وركيزة أساسية للتعلم، وهناك العديد من الأسباب التي تبرر ضرورة أن يكون الأطفال في مرحلة الروضة (من عمر ٤-٦ سنوات) نشطين طوال اليوم:

- ◀ إن الحركة بحد ذاتها تُعدُّ نشاطًا تعليميًا للأطفال. ولا بد للأطفال من التحكم في أجسامهم، وتطوير مهاراتهم المتعلقة باستعمال العضلات الكبرى والصغرى.
- ◀ إن الاستكشاف يعتمد على الحركة. ولهذا عندما يتمتع الأطفال بحرية إشراك جميع حواسهم في استكشاف بيئتهم، تتوافق عقولهم وأجسامهم؛ لتحقيق الفائدة المرجوة من الاستكشاف. وهذا التوافق يوفر بيئة مثالية للتعلم!
- ◀ إن الانخراط في استراحة لعمل النشاط البدني ينشط أدمغة الأطفال بنفس القدر الذي ينشط أجسامهم.
- ◀ توجيه انتباه الأطفال ليس بالأمر اليسير، لذلك تُعد ممارسة اليوجا من ثلاث إلى عشر دقائق من اللعب الحر من أنواع فترات الراحة المتكررة التي يحتاجها الأطفال.

## أدوات المعلمة



بينما يتمكن الأطفال من التعلم من خلال المشاهدة والاستماع والتحدث، فإنهم يزدهرون حقًا عندما يكون لديهم الكثير من الوقت للتعلم من خلال الممارسة. ويمكنك مساعدة الأطفال على اكتساب المعلومات من خلال الحركة ومن خلال تفاعل الحواس الخمس: الرؤية واللمس والسمع والشم و- في بعض الأحيان- التذوق.

وإليك بعض الأفكار:

- ◀ عندما يتحرك الأطفال فوق الأشياء أو تحتها أو حولها أو بجانبها أو بالقرب منها، فإن تعلم حروف الجر - والمفاهيم المكانية - يكون مفيدًا وممتعًا.
- ◀ عندما تتاح للأطفال الفرصة لعرض الكلمات التي تمثل الأفعال البدنية، مثل: الدوس، والقفز، والمطاردة، والانزلاق، أو الكلمات الوصفية مثل: السلس والقوي والناعم والهائل، يكون الفهم فورًا وطويلاً الأمد ويتعلم الأطفال الكلمات في سياقها بشكل ملموس.
- ◀ عندما يتم عرض الأشكال المختلفة للجسم (مثل: الأشكال العالية والمنخفضة والعريضة والضيقة للجسم) للأطفال فإنهم يكتسبون فهمًا أفضل -لمفاهيم القياس هذه- مما لو كانوا يجلسون بهدوء على السجادة.
- ◀ عندما يقوم خمسة أطفال بتمثيل أبيات شعرية من "التدريج" ("كان هناك خمسة في السرير، وقال الصغير" تدريج")، يمكن لجميع الأطفال معرفة أن طرح واحد من خمسة ينتج عنها أربعة.
- ◀ عند تشكيل الأطفال للأشكال الهندسية بأجسامهم - أو أشكال الحروف أو الأرقام - يكتسب الأطفال فهمًا أفضل للخطوط المستقيمة والمنحنية التي تتكون منها الأشكال، بالإضافة إلى معرفة مواضع الخطوط بالنسبة لبعضها.
- ◀ عندما ينخرط الأطفال بشكل تمثيلي في عملية التحول (تغيير كبير في الشكل، مثل: تحول اليرقة إلى فراشة) فمن المرجح أن يتذكروا ويستمتعوا بالدرس أكثر مما لو تم تقديم المعلومات لهم فقط.
- ◀ إذا سمح للأطفال بتمثيل قصة بدلاً من مجرد الاستماع إليها، فإنهم يفهمون شخصياتها ويرسمونها بشكل أفضل. سوف يتذكرون أيضًا كلاهما لفترة أطول.

(Gullo, 2006).

تقوم المعلمات المهنيات بتعميق مهارات التخطيط والتنفيذ للمناهج الدراسية من خلال: استخدام مواضيع الاستقصاء لزيادة معيار الصحة والنمو البدني (الدليل الأساسي: [بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة](#)، ٢٠١٨، ٦٨-٧١).

## إرشادات للمعلمة

### هل تبحث عن مواضيع الاستقصاء الخاصة باهتمامات الأطفال وأسئلتهم؟

صمّمي "حائط العجائب" في غرفة الصف، بحيث يمكنك تدوين الأسئلة ومعرفة الاهتمامات التي يطورها الأطفال بناءً على الاكتشافات الجديدة في بيئتهم، على سبيل المثال: أثناء قراءة كتاب عن أنواع الرياضة البدنية في وقت المجموعة الكبيرة، لاحظ الأطفال صور العضلات في الكتاب وتساءلوا عن كيفية تكوين العضلات وبدأوا يستعرضون عضلات سواعدهم، احتفظي بسجل لتسجيل أبرز اهتمامات الأطفال بشكل مستمر، واطلبي من الأطفال المساهمة من خلال الاقتراحات أو الرسوم التوضيحية.

النظر في فرص دعم الصحة والتطور البدني طوال اليوم.



إرشادات  
للمعلمة

## موقف افتراضي

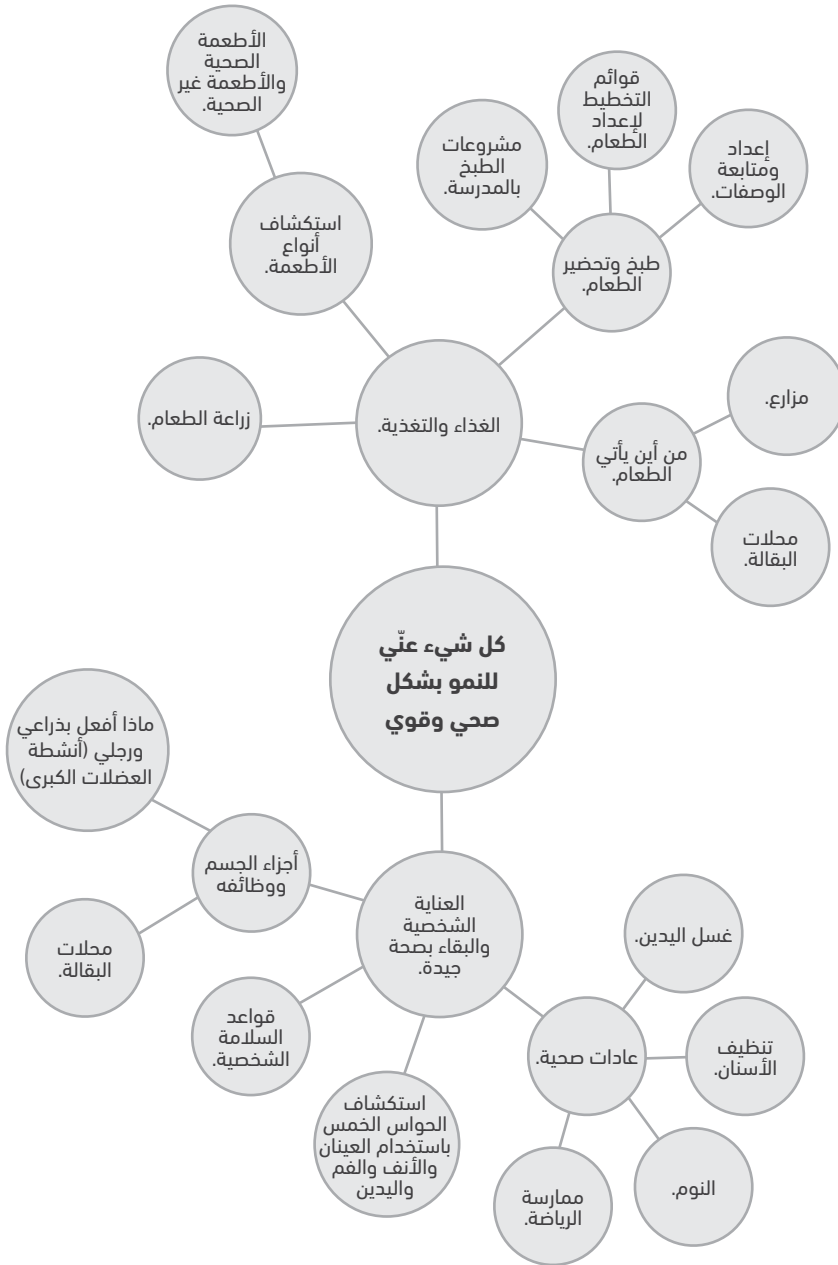
قررت المعلمتان إيمان وفاطمة التركيز على صحة الأطفال ونموهم البدني كامتداد لموضوع سابق خاص بالاستقصاء عن "كل شيء عني". أما بالنسبة لرياض الأطفال، فستركز المعلمة إيمان على تعلم المزيد عن الصحة والعافية من خلال استخدام الاهتمام الناشئ بالطعام ومصادره ودمج أنشطة تنمية العضلات الكبرى والصغرى في موضوع الاستقصاء "كل شيء عني"؛ للمساعدة في نمو الأطفال بشكل صحي وقوي. استخدمت المعلمة إيمان الاستراتيجيات الآتية لتطوير خطة تركز على معيار الصحة والنمو البدني كموضوع للاستقصاء.

**الخطوة الأولى:** مراجعة قائمة الأسئلة والتعليقات الخاصة بالأطفال، واستخدام خريطة الموضوع للبدء في تحديد جميع مجالات الاستقصاء الممكنة التي يمكن دراستها كجزء من دراسة معيار الصحة والنمو البدني. ستستكشف المعلمة إيمان اهتمامات الأطفال المحددة باستخدام رسم **خريطة الموضوع**. (الدليل الأساسي: [بناء وحدات التعلم لتطبيق إطار المنهج الوطني للطفولة المبكرة](#)، ٢٠١٨، ٦٨-٧١).



موقف افتراضي

## موضوع الاستقصاء: كل شيء عني للنمو بشكل صحي وقوي



**الخطوة الثانية:** التفكير في بيئة غرفة الصف وكيفية دعم التعلم في جميع مجالات الاهتمام (خريطة غرفة الصف مع أمثلة للأنشطة لكل منها - الأوصاف + الصور باستخدام قالب مراكز غرفة الصف).

## البيئة الصفية التعليمية



### منطقة الفن والإدراك الحسي:

- مواد للكتابة والرسم (إنشاء كتب الطبخ والقوائم).
- دهانات وورق لعمل المطبوعات الغذائية.
- عمل رسوم توضيحية لأنواع الطعام.

### منطقة المكعبات:

- مجموعة متنوعة من المكعبات بما في ذلك مكعبات الوصلات، والمجوفة الكبيرة، وأدوات التمثيل الداعمة.

### منطقة اللعب الدرامي:

- أدوات التمثيل الداعمة لموضوع محل بقالة، تتضمن علب الطعام الفارغة والفواكه والخضروات البلاستيك وأكياس البقالة ومواد الكتابة و"تقود وهمية" والسلال.
- أدوات التمثيل الداعمة لموضوع المطعم: قوائم الطعام، مواد كتابة (دفاتر وأقلام رصاص)، طاولات وكراسي، أطباق، مناديل الطاولة،... إلخ.



### منطقة الطبيعة والعلوم: <

- أدوات الزراعة وزراعة الثمار.
- استكشاف الطعام من خلال الحواس الخمس (تقديم مجموعة متنوعة من الأطعمة الحقيقية لاستكشافها).
- أنشطة الطبخ.

### منطقة القراءة والكتابة والاستماع: <

- تأليف كتب عن إنتاج الغذاء (خيالي وواقعي).
- مساحة مخصصة للكتابة ومجهزة بالمواد اللازمة للإملاء / الكتابة وعرض قصص الأطفال الخاصة.

### منطقة اللعب بالخارج: <

- الحديقة والأدوات الخاصة بها.
- معدات بناء مهارات التربية البدنية.

**الخطوة الثالثة:** بعد ذلك، تنظر المعلمة في جدولها اليومي وتفكر في الطرق التي يمكنها من خلالها تقديم الفرص المتنوعة للأطفال على مدار اليوم.

### الجدول اليومي

دعم الصحة والنمو البدني	الروتين اليومي
<p>&lt; إعداد طاولة الاستكشاف والتي تحتوي على الكتب والرسوم التوضيحية لأنواع الطعام، ومجموعة متنوعة من الفواكه والخضروات لقيام الأطفال باستكشافها (تكون الأطعمة مختلفة القوام والألوان والحجم والأشكال).</p> <p>&lt;</p> <p>&lt; تحدي التوازن: وضع شريط على الأرض ليتبعه الأطفال / ويمشوا عليه في جميع أنحاء غرفة الصف.</p>	<p>الوصول</p>

الروتين اليومي	دعم الصحة والنمو البدني
الحلقة الصباحية	<p>◀ اقرئي كتبًا عن البستنة وزراعة الطعام، وأشركي الأطفال في مناقشة الأطعمة التي يتناولونها في المنزل. وقومي بإنشاء مخطط يبين الأطعمة المذكورة، وناقشي خطط إنشاء حديقة بالخارج (أو زرع بذور بالداخل)</p>
مراكز التعلم وأنشطة المجموعات الصغيرة (الأركان)	<p>◀ <b>عمل مسرحية درامية:</b> الموضوع محل بقالة.</p> <p>◀ <b>الفن:</b> صور المجلات والصحف الغذائية: المواد الخاصة بالكتابة والرسم لعمل مخطط للحديقة.</p> <p>◀ <b>العلوم:</b> عرض الأطعمة الطازجة وأدوات الاستكشاف (الميزان، العدسة المكبرة، سلال الفرز)، الكتب والملصقات التي تعرض أنواع الطعام، كتب الطبخ المصورة.</p> <p>◀ <b>الكتب والكتابة:</b> مواد تساعد الأطفال على تأليف الكتب وإنشاء كتبهم الخاصة حول زيارة متجر البقالة لزراعة الحديقة.</p> <p>◀ <b>نشاط المجموعة صغيرة:</b> نشاط الطبخ (تحضير سلطة، بيتزا، ...إلخ).</p>
اللعب الحر بالخارج	<p>◀ تخطيط وزراعة الحديقة.</p> <p>◀ إشراك الأطفال في ألعاب وأنشطة التربية البدنية الموجهة من قبل المعلمة.</p>
وقت الوجبة	<p>◀ قدمي للأطفال أطعمة جديدة ليتذوقوها.</p> <p>◀ تحدث مع الأطفال عن الأطعمة التي يتناولونها في المنزل.</p>
منطقة القراءة بصوت عالٍ واللقاء الأخير	<p>◀ اقرئي كتاب عن زيارة متجر البقالة، وأشركي الأطفال في إنشاء قائمة تسوق جماعية وكتابة الردود على الرسم التوضيحي.</p>
طوال اليوم	<p>◀ وفري للأطفال فرصًا متعددة للتنقل بحرية في جميع أنحاء الغرفة.</p> <p>◀ قللي من مدة جلوس الأطفال أو قومي بدمج عدد من الأنشطة في فترات الجلوس.</p>

يمكنك الاستفادة من ورقة عمل رقم (٢) الخاصة بمعايير الصحة والتطور البدني في دليل المعلمة لتطبيق المعايير النمائية للأطفال (من عمر ٣-٦ سنوات).

**الخطوة الرابعة:** أخيرًا، مراجعة **معايير التعلم المبكر النمائية** والتفكير في كيفية التفاعل اليومي مع الأطفال بالشكل الذي يدعم الصحة والتطور البدني.

## تطبيق معيار الصحة والتطور البدني

### الصحة والسلامة:

#### ١,١ الصحة:

دور المعلمة	مؤشر 6 سنوات	دور المعلمة	مؤشر 5 سنوات
ملاحظة قدرة الأطفال على الاعتناء بأنفسهم بكفاءة واستقلالية. اقرئي الكتب أو اروي القصص التي تحكي عن الأطفال الذين يقومون بمهام الصحة والرعاية بشكل ذاتي واستقلالي.	يظهر مزيد من الكفاءة بالعناية بأنفسهم.	توفير المواد والأدوات التي يمكن للأطفال الوصول إليها بسهولة من أجل المشاركة في أنشطة الرعاية الذاتية بشكل مستقل (وضع الصابون، والمناشف بالقرب من الحوض، وفرشاة الأسنان الموضحة بها أسماء الأطفال.... وما إلى ذلك)	بدء أنشطة العناية الشخصية بأنفسهم باستقلالية.
إشراك الأطفال في مناقشات حول القيام بالنظافة الشخصية وبيان أهميتها.	بالاهتمام بالنظافة الشخصية وإجراء نقاش حولها.	التأكد من وصول الأطفال بشكل سهل وآمن إلى مواد النظافة الشخصية.	بالاهتمام بالنظافة الشخصية باستقلالية.
دعوة الأطفال إلى إنشاء كتب مصورة خاصة بهم حول الوقاية من الأمراض والحفاظ على صحتهم.	بتوظيف السلوكيات التي تقي من انتشار الأمراض المعدية ومناقشتها.	قراءة كتب عن زيارة الطبيب، وإشراك الأطفال في مناقشة موضوع كيفية الحفاظ على صحتهم.	يشرح كيف تنتقل بعض الأمراض، واتخاذ الاحتياطات اللازمة؛ لمنع انتشار الأمراض المعدية.
إشراك الأطفال في إنشاء كتب الطبخ الخاصة بهم ومناقشة الوصفات والأكل الصحي معهم.	بمعرفة الأطعمة الصحية ومجموعات الأغذية، وشرح كيفية إسهامها في نظام الغذاء الصحي.	توفير المواد التي تدعم ضمان صحة الفم والتي يمكن للأطفال الوصول إليها باستقلالية.  قراءة كتب عن زيارة طبيب الأسنان، ومناقشة تجارب الأطفال حول هذا الموضوع.	بدء أنشطة صحة الفم باستقلالية.
اللعب مع الأطفال لعبة التغذية عن طريق إعداد قوائم بالأطعمة الصحية وغير الصحية.	يظهر معرفة بالأطعمة غير الصحية وأنه ينبغي تجنبها، مثل: الإفراط في تناول السكر والمشروبات الغازية .	مراقبة الأطفال وملاحظة متى يكونوا قادرين على إظهار وعيهم بالجوع. واطلبي منهم تسمية ما يشعرون به.	يظهر مزيد من الوعي بالجوع والشبع.

دور المعلمة	مؤشر 6 سنوات	دور المعلمة	مؤشر 0 سنوات
تقديم كتب مصورة بسيطة عن علم التشريح وقراءة كتب مثل: كتاب: "قلبي المذهل".	إظهار معرفة بالعديد من أجزاء الجسم الداخلي وبعض وظائفها.	استخدام بطاقات الفرز الخاصة بالفواكه والخضروات الحقيقية؛ لتحديد مجموعات الطعام.	بمعرفة الأطعمة الصحية وبعض المجموعات الغذائية التي تنتمي إليها.
		مساعدة الأطفال على إنشاء جدول خاص بالموضوع.	إظهار وعي بالمشاعر والحاجات الجسمية بمزيد من التحديد والدقة.
		مساعدة الأطفال على تحديد المشاعر وتسميتها من خلال المحاكاة وتزويد الأطفال بالمصطلحات المناسبة.	إظهار معرفة بأعضاء الجسم الداخلية ووظائفها.
		توفير سماعات لسماع النبضات وعرض صور ومجسمات لأعضاء الجسم الداخلية	

## ١,٢ السلامة:

دور المعلمة	مؤشر 6 سنوات	دور المعلمة	مؤشر 0 سنوات
القيام بدعوة الأطفال الذين تعلموا اتباع قواعد السلامة بأنفسهم للعمل كمرشدين للآخرين الذين ربما ما زالوا يتعلمون قواعد السلامة.	باتباع قواعد السلامة باستقلالية.	نشر ملصقات مصورة مدعمة بنصائح حول قواعد الحرس على السلامة، ومناقشتها مع الأطفال خلال وقت التجمع في مجموعة وأيضاً بشكل غير مباشر طوال اليوم.	باتباع قواعد السلامة بمساعدة محدودة من الكبار.
اطلبي من الأطفال في وقت المناقشة الجماعية أن يوضحوا كيف يمكن أن يستجيبوا لحالة الطوارئ؛ راقبي وتعرفي على قدرة الأطفال على اتباع إجراءات السلامة.	إظهار فهم للمواقف الطارئة وكذلك التصرف بالشكل المناسب للمحافظة على سلامتهم وسلامة الآخرين.	تخصيص أوقات في اليوم لممارسة إجراءات وقواعد السلامة، وتوفير وقت للأطفال يتم فيه مناقشة وطرح الأسئلة التي تطرأ على أذهانهم.	بالتصرف بشكل مناسب في أثناء التدريب على المواقف الطارئة أو تجربتها، مثل: طلب المساعدة من أحد الكبار.

دور المعلمة	مؤشر 6 سنوات	دور المعلمة	مؤشر 5 سنوات
مراقبة الأطفال؛ لمعرفة مخاطر غرف الصف الشائعة مثل: وجود المياه على الأرض، وتعزيز قواعد السلامة على مدار اليوم للإشارة إلى المخاطر المحتملة وكيفية تجنبها.	بتعديل سلوكهم بحيث تزيد فرص سلامتهم من الأخطار.	في أثناء المشي في الحي أو المشي حول مبنى المدرسة، قومي بدعوة الأطفال للإشارة إلى المخاطر المحتملة، ساعدي الأطفال على تحديد المخاطر وتصنيفها.	إظهار وعي بالأخطار والأخطار المحتملة.

## النشاط البدني:

### ٢,١ تطور العضلات الكبرى:

دور المعلمة	مؤشر 6 سنوات	دور المعلمة	مؤشر 5 سنوات
توفير المعدات المناسبة للسماح للأطفال باستخدام العضلات الكبرى بالخارج.	إظهار التحكم والتوافق من خلال حركات مجموعة متنوعة من العضلات الكبرى.	توفير المعدات المناسبة للسماح باستخدام العضلات الكبرى بالخارج. وملاحظة استعداد الأطفال لتجربة حركات عضلية جديدة وتقديم الدعم لهم عن طريق استخدام معدات إضافية.	إظهار مزيد من التحكم والتوافق من خلال حركات مجموعة متنوعة من العضلات الكبرى.
دعم التطور بالتتابع (على سبيل المثال: دعوة الأطفال إلى ضرب شيء ثابت (مثل: البالون) بأيديهم قبل دعوة الأطفال لضرب كائن مثبت على خيط).	بتحريك الأشياء بمزيد من الدقة من خلال حركات العضلات الكبرى، وإظهار التأثر بين العين واليد.	القيام بلعبة الرمي والللتقاط باستخدام أكياس القماش في أثناء الدائرة الصباحية.	بتحريك الأشياء بمزيد من الدقة من خلال حركات العضلات الكبرى.
القيام بدمج أنشطة التوازن في التحولات (على سبيل المثال: القيام بدعوة الأطفال للمشي على شريط لاصق على الأرض للخروج إلى مكان آخر.	إظهار التوازن والثبات.	القيام بدمج أنشطة التوازن في التحولات (على سبيل المثال: القيام بدعوة الأطفال للمشي على شريط لاصق على الأرض للخروج إلى مكان آخر.	إظهار مزيد من التوازن والثبات.

## ٢,٢ تطور العضلات الصغرى:

دور المعلمة	مؤشر ٦ سنوات	دور المعلمة	مؤشر ٥ سنوات
إشراك الأطفال في إنشاء (كتابة ووضع الصور) كتب الطبخ الخاصة بهم بمساعدتك.	إظهار التحكم والتوافق في العضلات الصغرى بدقة وقوة.	إشراك الأطفال في الأنشطة التي تدعم التنسيق عند استخدام العضلات الصغرى، مثل: خلط عجينة اللعب أو معالجة صور الطعام لإنشاء ألبوم جماعي.	إظهار التحكم والتوافق في العضلات الصغرى بمزيد من الدقة والقوة.
إشراك الأطفال في إنشاء كتبهم الخاصة حول الموضوع محل الاستقصاء، مثل: الكتابة عن رحلة إلى مطعم.	إظهار توافق بين اليد والعين.	توفير دهانات وفرش وأوراق كبيرة لعمل لوحة جدارية خاصة بالحديقة الخارجية.	إظهار توافق حركي بصري باستخدام مجموعة العضلات الصغرى.

### إرشادات للمعلمة

- ◀ توفير الفرص اليومية للأطفال لممارسة النشاط البدني. تأكدي من أن بعض هذا الوقت موجه لأنشطة بعينها وبعضه لعب حر.
  - ◀ تزويد الأطفال بالمعدات التي تعزز مهارات التنسيق لديهم. حيث يتم توفير عدد من الكرات لرميها وإمسакها، وكذلك وضع أهداف لتلك الكرات (على سبيل المثال: شبكة كرة سلة أو مرمى كرة قدم).
  - ◀ تقديم الأنشطة التي تقوي عضلات اليد (مثل: تخريم الأوراق، والقطع بالمقص، واللعب بالصلصال،.... وما إلى ذلك).
- (معايير التعلم المبكر النمائية في المملكة العربية السعودية أطفال عمر ٣-٦ سنوات ، ٢٠١٥).

### الممارسة الرابعة

حرص المعلمات المهنيات على التطور المهني والتعلم المستمر. (إطار المنهج الوطني للأطفال من الميلاد-٦ سنوات، ٢٠١٨، ٣٩-٤٠).

### مصادر المعلمة

يوصي مجال التربية البدنية بضرورة أن يتضمن برنامج التنمية البدنية للأطفال في مرحلة الروضة (من عمر ٤-٦ سنوات) عددًا من مفاهيم الحركة الأساسية. وتعتبر مفاهيم الحركة المكوّن المعرفي لمنهج التربية البدنية. وتشمل هذه المفاهيم: الوعي بالمساحة، والوعي بالجسم، والوعي بالجهد. فيما يلي قائمة بمفاهيم الحركة والتي تساعدك في عملية التخطيط لدمجها مع الإرشادات الخاصة بك.



إرشادات  
المعلمة



مصادر  
المعلمة



## إرشادات للمعلمة

يحتاج الأطفال غالبًا إلى توجيه المعلمة لتطوير الوعي المكاني. يشمل الوعي المكاني المكونات الآتية:

- ◀ المستويات: تشير إلى موضع جسم أو جزء من الجسم في الفضاء المحيط (على سبيل المثال: مرتفع، متوسط، ومنخفض).
- ◀ الاتجاهات: تتضمن مفاهيم مثل: أعلى / أسفل، للأمام / للخلف، بجانب، يسار / يمين).
- ◀ المسارات: مستقيمة أو منحنية أو دائرية ومتعرجة (مسار به سلسلة من المنعطفات أو الزوايا القصيرة والحادة).

الوعي المكاني مهم ليس فقط للتربية البدنية ولكن أيضًا للمجالات الأخرى؛ نظرًا لأن المعلمات يساعدن الأطفال في استكشاف طرق التنقل عبر الفضاء المحيط بهم، فإنهن بذلك يقمن ببناء مهارات الرياضيات الأساسية (الهندسة) والعلوم (الفيزياء) والدراسات الاجتماعية (الجغرافيا). فيما يلي بعض الاستراتيجيات لبناء الوعي المكاني.

## أدوات المعلمة



استراتيجيات التدريس لبناء الوعي المكاني:

- ◀ اقتراح طرق للأطفال لوضع أجزاء من الجسم على مستويات مختلفة - "تجول في منطقة اللعب مع رفع أنفك في الهواء قدر الإمكان." أو "فكر في طريقة للتحرك مع انخفاض مرفقك".
- ◀ اختراع أنشطة للأطفال تمكّنهم من تحريك أجسادهم أو أشياءهم في اتجاهات مختلفة أو على طول مسارات مختلفة (مثل: الزحف عبر الغرفة للأمام والخلف، والطلب من الأطفال أن يقترحوا طرقًا للتحرك للأمام وللخلف، لأعلى ولأسفل، بشكل جانبي).
- ◀ إنشاء مسارات دائرية أو مستقيمة أو متعرجة باستخدام الطباشير والشريط والأقماع المرورية والمكعبات الكبيرة... وما إلى ذلك. طرق للأطفال للتحرك داخل هذه المسارات وخارجها وحولها، مع اتباع أفكار الأطفال.
- ◀ إنشاء مسارات تحتوي على عقبات بالشكل الذي يتضمن تغييرات في الاتجاه، ومستويات مختلفة، وأنواع مختلفة من المسارات. ولإنشاء هذه المسارات يتم استخدام مواد (مثل: المكعبات الكبيرة والسجاد المربع والكراسي والطاولات وعلامات الشريط على الأرض. وفي أثناء التواجد في الخارج، يمكن دمج المواد الطبيعية لإنشاء هذه المسارات. وتشجيع الأطفال على إنشاء مسارات عقبات خاصة بهم.
- ◀ العمل على إدراج المسارات وطرق التحرك على طولها في الروتين اليومي، ويتم إدراج هذه المسارات في أثناء الانتقال إلى الغداء أو القيام بالتنظيف وما إلى ذلك. واقتراح طرق للتحرك وتشجيع الأطفال على خلق طرقهم الخاصة.
- ◀ استخدام المواقف التي تحدث بشكل طبيعي؛ للمساعدة في تطوير المفردات اللغوية

التي تصف المستوى والاتجاهات في أثناء تحرك الأطفال في الغرفة واللعب في الهواء الطلق. وتشجيع الأطفال على استخدام المفردات اللغوية لوصف أفعالهم.

(Epstein 2014)

### لحظة تأمل

- ◀ فكّري في الأنشطة البدنية التي شاركت فيها عندما كنت طفلة؟
- ◀ فكّري في مستوى نشاطك كطفلة والآن، هل كنت تتمتعين بحيوية ونشاط دائمين؟ وهل كنت أكثر سعادة عندما تمارسين نشاطًا أقل؟
- ◀ ما مدى أهمية الحفاظ على برنامج التمارين البدنية الخاص بك في حياتك اليومية؟
- ◀ كيف تصفين الطرق التي تقومين فيها ببيان العادات الصحية الجيدة وعادات ممارسة الرياضة في صفك؟



## المراجع

- Alabama Department of Health. "Building a Healthy Start: Professional Development for Caregivers of Infants and Toddlers, Module Two: Promoting Physical Activity for Infants and Toddlers in Early Childhood Settings." n.d. <https://www.alabamapublichealth.gov/healthystart/assets/PhysicalActivityPresentation.pdf>.
- Bundy, Blakely, Diane E. Levin, Members of TRUCE. "Preschool Play Plans: Playdough." *Teaching Young Children* 12, no.1 (2018). <https://www.naeyc.org/resources/pubs/tyc/oct2018/preschool-play-plan-playdough>.
- "California Infant/Toddler Curriculum Framework." California Department of Education, 2012. <https://www.cde.ca.gov/sp/cd/re/documents/itcurriculumframework.pdf>.
- Colker, L. "Message in a Backpack: Trends in Children's Well-Being," *Teaching Young Children* 1, no. 4 (2008), 20–21, quoted in "Healthy, Fit Families." NAEYC Blog. n.d. <https://www.naeyc.org/our-work/families/healthy-fit-families>.
- Copple, Carol E., Derry Koralek, Kathy Charner, and Sue Bredekamp (eds.). *Developmentally Appropriate Practice: Focus on Infants and Toddlers*. Washington, DC: NAEYC, 2013.
- Copple, Carol E., Derry Koralek, Kathy Charner, and Sue Bredekamp (eds.). *Developmentally Appropriate Practice: Focus on Kindergarten*. Washington, DC: NAEYC, 2014.
- Copple, Carol E., Derry Koralek, Kathy Charner, and Sue Bredekamp (eds.). *Developmentally Appropriate Practice: Focus on Preschoolers*. Washington, DC: NAEYC, 2013.
- Deaver, Alicia W., Lindsey E. Wright. "A World of Learning." *Young Children* 73, no. 5 (2018). <https://www.naeyc.org/resources/pubs/yc/nov2018/a-world-of-learning>.
- Delvecchio, Becky L. and Susan Ferguson. "Message in a Backpack™ Nature Play with Sensitive Children." *Teaching Young Children* 12, no. 4 (2020). <https://www.naeyc.org/resources/pubs/tyc/apr2020/message-backpack-nature-play-sensitive-children>.

Delvecchio, Becky L. "Supporting Children with Tactile Sensitivities in Nature Play: 10 Strategies for Home and Classroom." *Teaching Young Children* 13, no. 4 (2020). <https://www.naeyc.org/resources/pubs/tyc/apr2020/supporting-children-tactile-sensitivities>.

ECLKC: Effective Practice Guides: Perceptual, Motor, and Physical Development. Accessed online 2/20/2021 at:

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/school-readiness/effective-practice-guides/perceptual-motor-physical-development>

Epstein, Ann. *The Intentional Teacher: Choosing the Best Strategies for Young Children's Learning* (Revised Edition). Washington, DC: NAEYC, 2014.

Gillespie, L.G. "Why Do Babies Like Boxes Best?" NAEYC Blog. n.d. <https://www.naeyc.org/our-work/families/why-babies-like-boxes-best>.

Gullo, Dominic F. *K Today: Teaching and Learning in the Kindergarten Year*. Washington, DC: NAEYC, 2006.

Head Start ECLKC, U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families. "Tips for Keeping Children Safe: A Developmental Guide - Mobile Infants." Last modified January 16, 2020. <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/safety-practices/article/tips-keeping-children-safe-developmental-guide-mobile-infants>.

Head Start ECLKC, U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families. "Tips for Keeping Infants and Toddlers Safe: A Developmental Guide for Home Visitors - Young Infants." Last modified March 18, 2020. <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/safety-practices/article/tips-keeping-infants-toddlers-safe-developmental-guide-home-visitors-young-infants>.

"Important Milestones: Your Child By Eighteen Months." CDC Learn the Signs. Act early. n.d. <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/milestones-18mo.html>.

"Infant Program Health and Safety Checklist: A Caring Place for Your Infant." NAEYC For Families. n.d. <https://families.naeyc.org/accredit->

ed-article/infant-program-health-and-safety-checklist.

Isbell, Rebecca and Sonia Akiko Yoshizawa. *Nurturing Creativity: An Essential Mindset for Young Children's Learning*. Washington, DC: NAEYC, 2016.

Luckenbill, Julia. "From Rolling Over to Jumping in Puddles: Moving and Grooving with Infants and Toddlers." July 26, 2016. <https://www.naeyc.org/resources/blog/moving-and-grooving-infants-and-toddlers>.

Luckenbill, Julia, Aarti Subramaniam, and Janet Thompson. *This is Play: Environments and Interactions that Engage Infants and Toddlers*. Washington, DC: NAEYC, 2019.

"Message in a Backpack: Getting a Grip on Things: Building Fine Motor Skills." *Teaching Young Children* 3, no. 5 (2010), 26–28, quoted in "Help Your Child Build Fine Motor Skills." NAEYC Blog. n.d. <https://www.naeyc.org/our-work/families/help-your-child-build-fine-motor-skills>.

"Milestone Moments: Learn the Signs. Act Early." CDC, Department of Health and Human Services, n.d. [https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/pdf/parents\\_pdfs/milestonemomentseng508.pdf](https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/pdf/parents_pdfs/milestonemomentseng508.pdf).

NAEYC. *The What, Why, and How of High-Quality Programs for Infants: The Guide for Families*. Washington, DC: NAEYC, 2016.

Newman, Joey and Carol Kranowitz. "Growing In Sync Children." *Teaching Young Children* 6, no.1 (2012). <https://www.naeyc.org/resources/pubs/tyc/oct2012/growing-sync-children>.

Petersen, Sandra, Emily J. Adams, and Linda Groves Gillespie. "Rocking and Rolling: Learning to Move." *Young Children* 71, no. 5 (2016). <https://www.naeyc.org/resources/pubs/yc/nov2016/learning-to-move>.

Wittmer, Donna S. and Alice Sterling Honig. *Day to Day the Relationship Way: Creating Responsive Programs for Infants and Toddlers*. Washington, DC: NAEYC, 2020.