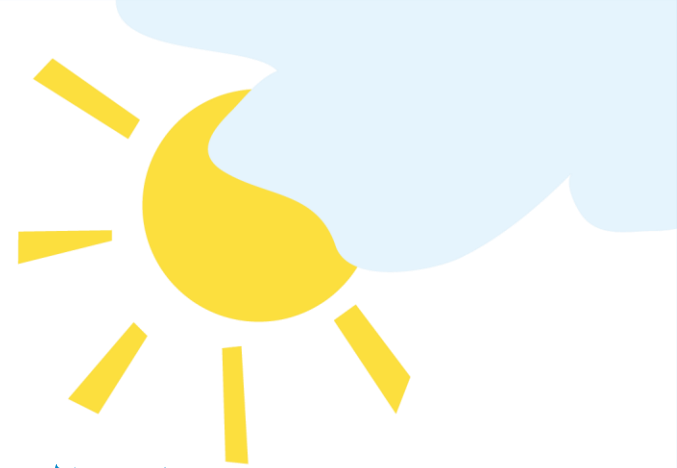


تابع المهارات الحركية الأساسية



محاو؁ المفاضرة

- مهارات التحكم والسيطرة
- مهارات الثبات والتوازن
- شرح آلية تطبيق الخبرة الاءائية



مهارات التحكم والسيطرة



- وهي تلك المهارات التي تتطلب
- معالجة الأشياء أو تناولها بالأطراف كاليد والرجل أو استخدام أجزاء أخرى
- من الجسم وتتضمن هذه المهارات وجود علاقة بين الطفل والأداة التي يستخدمها وتتميز بإعطاء قوة لهذه الأداة
- أو استقبال قوة منها، وتجمع مهارات المعالجة والتناول بين حركتين أو أكثر، ومن خلال هذه المهارات يتمكن الأطفال
- من استكشاف حركة الأداة في الفضاء من حيث تقدير كتلة الشيء المتحرك، والمسافة التي يتحركها، وسرعة
- واتجاه الاداة، وتشمل مهارات المعالجة والتناول
- مهارات كالرمي، والاستلام(اللقف)، والركل، ودرجة الكرة، والضرب، والالتقاط.

مهارة الرمي

" تعد مهارة الرمي من أكثر المهارات أهمية وشيوعاً للتعبير عن حركات المعالجة والتناول للعضلات الكبيرة في هذه المرحلة، ويمكن إنجاز هذه المهارة بطرائق عديدة، حيث تؤدي مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس، كما يمكن إن تؤدي باليدين من أسفل الحوض، تؤدي بحركة الذراع للجانب، وتعد مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس من أكثر مهارات الرمي استخداماً في مجال دراسات تطور النمو الحركي لمهارة الرمي، كما يمكن أداء هذه المهارة باستخدام أدوات مختلفة حيث يختلف الشيء المراد رميه من حيث الحجم والوزن والشكل، كما إن الهدف من الرمي يختلف فقد يكون دقة الرمي، أو قوة الرمي، أو زيادة المسافة، لذلك من الصعوبة تحديد نمط ثابت ومعين لأداء هذه المهارة" (راتب ، 1999م: 244-245).



• " ومع تطور النمو يزداد تحسن مهارة الرمي، إذ يستطيع الطفل في العام الرابع رمي الكرات الكبيرة والصغيرة، مع توجيهها إلى هدف معين إذ يكون الرمي بيد واحدة من وضع الوقوف وتكون إحدى القدمين للأمام والأخرى للخلف، أو يكون الرمي من وضع الوقوف والقدمان متباعدتان وعلى خط واحد والرمي من أسفل للأعلى و للأمام" (بسطويسي، 1996م: 149).

• ويتمكن الطفل من أداء مهارة الرمي على هدف كبير على بعد (2م) على أن يكون الهدف بموازاة ارتفاع رأس الطفل ويتم ذلك بدءاً من عمر 4-5 سنوات وعندما يبلغ الطفل العام السادس يصبح في مقدوره أن يتقن دقة الرمي على هدف يبعد حوالي (5م)، ويرمي الأولاد لمسافة أبعد وبدقة أكثر من البنات (علاوي، 1992م: 117).

• مهارة الاستلام (اللقف):

- تعد مهارة الاستلام (اللقف) من أكثر المهارات الحركية الأساسية تمثيلاً لمهارة المعالجة والتناول للعضلات الكبيرة في الجسم، ويعد المحك العلمي لنجاح مهارة الاستلام لدى الطفل هو استلام الشيء المقذوف أو الكرة باليدين، ويبدأ بزوغ المحاولات الأولى لاستلام الكرة لدى الطفل في سن الثانية عندما يكون جالساً والرجلان متباعدتان للخارج، بينما تتدحرج الكرة بين الرجلين فيحاول إن يمسك الكرة ويسحبها نحو أحد الرجلين، في الوقت الذي يعجز فيه طفل الثانية من العمر عن استلام الكرة الطائرة في الهواء حتى وإن تم تمريرها بيضاء ولمست صدره (راتب ، 1999م : 249-250).



- " وتعد بداية العام الخامس من عمر الطفل تغيراً كبيراً في مهارة استلام الكرة إذ يستمر تطور هذه المهارة، وبذلك يستطيع الطفل استلام الكرة إذا كان هناك انحراف في اتجاهها نحو اليمين أو اليسار أو الأعلى، وتتطور تلك المهارة بالنسبة للأطفال المتدربين إذ يمتلكون مستوى من التوقع الحركي والذي يمكنهم من متابعة سير الكرة ثم النجاح في استلامها وهي في الهواء، إن هذه المرحلة من التطور يمكن الوصول إليها عندما يكون الطفل في عمر (6) سنوات تقريباً، وإن قابلية السرعة والانسحابية تتحسن مع تقدم عمر الطفل و إن (10%) من أطفال بعمر (6-7 سنوات) قادرين على أداء مهارة الاستلام بقدر من السرعة والانسحابية" (ماينل، 1978م: 234-235)

أمثلة على مهارة الرمي واللقف



رمي الكيس باليدين
رمي بيد واحدة

رمي بيد واللقف باليدين
رمي الكيس عاليا والتصفيق
قبل لقفه

تكرار ما سبق بالكرة أو طفل
آخر

مهارات الثبات والتوازن



وهي تلك المهارات التي يتحرك فيها الجسم حول محوره الرأسي أو الأفقي وتتضمن هذه المهارات :-
أ. الاتزان الثابت:- ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة.

ب. الاتزان الحركي:- ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن أثناء أداء حركي معين، وتشمل مهارات ثبات واتزان الجسم مهارات كالثني، والمد، والمرجحة، واللف، والدوران، والدحرجة، والاتزان المقلوب، والاتزان على قدم واحدة، والمشي على عارضة التوازن.

مهارة التوازن :

- سجل "بيلي" Baylay السن التي تظهر فيها قدرة الأطفال على التوازن ففي سن سنتين حاول الأطفال الوقوف على العارضة بينما حاول أطفال أكبر منهم قليلاً المشي على العارضة بقدم والأخرى على الأرض, وفي سن ثلاث سنوات استطاع الأطفال نقل القدمين بالتبادل على العارضة ببطء , ووجد "كريتي" Creaty أن الأطفال في عمر خمس سنوات يمكنهم الاحتفاظ بتوازنهم أثناء الوقوف على قدم واحدة حتى ولو مكتوفي الأيدي (طلبة , 2009م:147)





درجة التمكن				المهارة
غير متمكنة على الإطلاق	بدرجة ضعيفة	بدرجة متوسطة	بدرجة عالية	
				تحضر لأدوات النشاط بشكل مناسب
				تختار مكان مناسب لأهداف و نوع النشاط.
				يمكنها جذب انتباه الاطفال و إثارة حماسهم.
				أن تشرح قوانين اللعبة قبل البدء بوضوح.
				أن تتأكد من فهم الأطفال جميعاً للعبة.
				تنظيمها للنشاط ناجح ومرتب.
				مبتسمة و منبسطة الأسارير.
				تراعي مواصفات السلامة خلال النشاط.
				تأخذ اللعبة وقت مناسب وكافي لتحقيق هدفها.
				تشجع الأطفال على المشاركة وتعطي الفرصة للجميع.
				تستخدم أدوات مناسبة وتتحمل الاستخدام المتكرر للعبة.
				تستغل الوقت المحدد للفترة